

Môn Cờ Vua trong các trường phổ thông, đại học, cao đẳng trong giai đoạn hiện nay

Đào Thị Hoàng Oanh*

*Trường Cao Đẳng Kinh Tế TP. Hồ Chí Minh

Received: 02/11/2023; Accepted: 09/11/2023; Published: 22/11/2023

Abstract: Chess is a mental sport in which the amount of movement is mainly psychological, directly affecting the thinking process of the players. During the process of studying and practicing Chess, thinking and intuitive abilities develop. Memory is more flexible, more durable and the capacity is larger. The player's ability to concentrate develops and perfects. Chess helps promote concentration and the ability to make decisions, contributing to the player's will, decisiveness and emotional stability.

Keywords: Chess, high school, university, college

1. Đặt vấn đề

Những năm gần đây, nền kinh tế phát triển, đời sống của người dân được nâng lên thì thể dục thể thao cũng phát triển theo. Điều này đã được chứng minh qua các cuộc thi đấu quốc tế, Sea games, Asiad, Olympic, vv... Một trong những môn thể thao đã mang vinh quang về cho tổ quốc, đó là môn Cờ Vua.

Thời gian qua, Cờ Vua có phát triển mạnh nhưng cũng chỉ tập trung ở một số tỉnh, thành phố lớn như: Hà Nội, Huế, Hải Phòng, Đà Nẵng, Thành Phố Hồ Chí Minh, Đồng Tháp và cũng chỉ ở những trung tâm huấn luyện thể thao thành tích cao, còn về phong trào rất yếu và thưa thớt. Nhất là các tỉnh xa thành phố. Một trong những nguyên nhân quan trọng làm cho phong trào Cờ Vua không phát triển mạnh đồng bộ trong các trường học là do các giáo viên thể dục trong các nhà trường không biết chơi hoặc biết sơ sài không dám đứng ra tổ chức giảng dạy cho các em vì khi còn ngồi trên ghế giảng đường đại học họ được học tập Cờ Vua rất ít (chỉ có 30 tiết) và cũng không có điều kiện để tập và rèn luyện ngoại khóa thêm nên trình độ rất hạn chế không đáp ứng được yêu cầu giảng dạy - huấn luyện môn thể thao này khi ra trường.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Khái niệm

Cờ Vua là môn thể thao có tác dụng phát triển tư duy logic, luyện trí thông minh, giáo dục những phẩm chất tốt đẹp như tính tổ chức kỷ luật, kiên cường, bình tĩnh, luyện mưu trí, óc sáng tạo, luyện cách nhìn xa trông rộng, biết phân tích, tổng hợp tình hình một cách khách quan khoa học, rèn luyện cách làm việc có kế hoạch, tính quyết đoán và táo bạo

trong xử lý tình huống.

Các nhà khoa học thể giới đã chứng minh được rằng chơi cờ vua ở trẻ giúp chống lại được sự trì trệ, chậm chạp của bộ não và giúp cho trí não được thường xuyên làm việc, tư duy sắc sảo, logic hơn, kích thích sự hưng phấn của não giúp cho não phát triển và hoàn thiện dần các chức năng. Cờ vua cũng là môn thể thao hoàn toàn không bị va chạm hay chấn thương cơ thể dẫn tới tàn tật hay nguy hiểm tới tính mạng.

Các chuyên gia dạy cờ vua đã phát hiện trò chơi thể thao này giúp trẻ xử lý thông minh hơn, tập trung tốt hơn và có tư duy logic. Nó cũng đặc biệt tốt với trẻ tự kỷ hay rối loạn hành vi. Với những trẻ bị rối loạn phát triển, cờ vua thường chứng tỏ một trí thông minh đặc biệt nào đó. Trẻ tự kỷ thường giỏi hơn bạn cùng lứa trong môn thể thao này, còn những trẻ bị các trục trặc hành vi như rối loạn tăng hoạt động giảm chú ý thì nhờ cờ vua mà cải thiện khả năng tập trung.

2.2. Những cơ sở khoa học của Môn Cờ Vua

2.2.1. Sự căng thẳng của cảm xúc

Với vận động viên Cờ Vua, trong thời gian thực hiện ván đấu, xuất hiện những căng thẳng về cảm xúc, điều đó dẫn đến lượng hóc môn và chất hoạt tính sinh vật trong máu tăng, có tác dụng làm kích thích tuần hoàn của cơ thể vận động viên. Vì vậy, sự tăng lên không đáng kể huyết áp và mạch đập trong thời gian thi đấu được coi là những phản ứng sinh lý bình thường của cơ thể. Chỉ quan trọng một điều là các phản ứng đó dừng quá lớn để sau thi đấu phản ứng này dần dần mất đi. Nghĩa là cơ thể phải hồi phục về trạng thái sinh lý bình thường.

2.2.2. Yếu tố thời gian và “nghĩ thâm” (cờ mù) trong Cờ Vua

Thời gian nhân tố không nhìn thấy nhưng vô cùng quan trọng trong ván đấu Cờ Vua. Ngày nay FIDE quy định thời gian cho mỗi bên: cờ truyền thống – 2 giờ; cờ nhanh – 30 phút, cờ chớp – 5 phút. Chúng ta cùng tìm hiểu cơ sở khoa học của những quy định đó.

Chơi cờ mù (chơi cờ không nhìn bàn cờ và không di chuyển quân trực tiếp trên bàn cờ). Kinh nghiệm giảng dạy tại khoa Cờ Vua trường đại học thể dục thể thao Matxcova đã chứng minh rằng: sinh viên có trình độ từ vận động viên cấp một trở lên đều có thể học chơi cờ mù trong một khoảng thời gian tương đối ngắn.

Lợi ích của việc học chơi cờ mù theo ý kiến của ông trưởng khoa Cờ Vua TS-B.A.Điônhić sẽ tạo điều kiện giúp ta có được kỹ năng nghiên cứu tài liệu Cờ Vua, góp phần mở rộng và làm phong phú khả năng thi đấu thực tế và thậm chí có lợi cho cả công tác giảng dạy huấn luyện sau này.

2.3. Xu hướng phát triển và đặc điểm tập luyện, thi đấu môn Cờ Vua

2.3.1. Xu hướng phát triển môn Cờ Vua

Hiện nay, một trong những xu hướng mở rộng và phát triển ở hầu hết các môn thể thao đó là xu hướng tận dụng và khai thác triệt để các nguồn lực trong xã hội phục vụ cho sự nghiệp phát triển TDTT. Điềm lại sự phát triển của phong trào Cờ Vua thế giới trong những năm gần đây cho thấy có 3 xu hướng đặc biệt cần quan tâm:

Xu hướng “thương mại hoá Cờ Vua” (hay xu hướng chuyên nghiệp hoá môn Cờ Vua): Nếu như trước đây, hầu hết các VĐV tham gia thi đấu vì lòng ham thích, say mê môn thể thao này và muốn thể hiện sự sáng tạo của mình, thì ngày nay đa số các VĐV tham gia thi đấu với mục đích khác hẳn – mục đích kinh tế. Cho đến thời điểm hiện tại, trị giá các giải thưởng trong các giải vô địch Cờ Vua thế giới đã lên đến con số hàng triệu Dolla Mỹ – mà trước nay không hề có.

Xu hướng “quay về cội nguồn”: Chúng ta đều biết rằng, Cờ Vua có nguồn gốc từ Châu Á, thì xu hướng quay về cội nguồn của Cờ Vua hiện nay là một trong những tín hiệu tốt, đáng mừng không chỉ cho làng Cờ Vua châu Á mà còn cả cho Cờ Vua Việt Nam.

Xu hướng “cờ nhanh” (hay xu hướng tích cực hoá thi đấu Cờ Vua): Hiện nay trên thế giới, các giải Cờ Vua đấu nhanh đang chiếm ưu thế so với các giải Cờ Vua “truyền thống”. Với các giải Cờ Vua truyền

thống, mỗi ván đấu có thể kéo dài nhiều giờ, thì ván đấu cờ nhanh chỉ kéo dài tối đa 60 phút, thậm chí 5-10 phút. Với thời gian thi đấu như vậy, các giải cờ nhanh diễn ra sôi động, hấp dẫn hơn, thu hút được nhiều khán giả, và phù hợp hơn với các ngày lễ kỷ niệm hay các buổi thi đấu trình diễn... Cũng vì vậy, tại các giải Cờ Vua truyền thống, Liên đoàn Cờ Vua thế giới (FIDE) đã quyết định rút ngắn thời gian cho các đấu thủ ở mỗi ván cờ. Mà điều này lại là một “cú hích” đòi hỏi sự thay đổi cả về lý luận và thực tế đào tạo VĐV Cờ Vua theo hướng tích cực hoá quá trình tư duy của họ trong điều kiện hạn hẹp hơn về thời gian thi đấu (thời gian suy nghĩ).

2.3.2. Đặc điểm huấn luyện môn Cờ Vua hiện đại

Đặc trưng cơ bản của môn Cờ Vua là ván đấu. Thông thường, ván đấu Cờ Vua được chia làm 3 giai đoạn: khai cuộc, trung cuộc và tàn cuộc. Mỗi giai đoạn lại gồm lượng kiến thức rất lớn, ví dụ như giai đoạn khai cuộc, được chia làm 3 hệ thống khai cuộc là hệ thống khai cuộc thoáng, nửa thoáng và hệ thống khai cuộc kín. Mỗi hệ thống lại gồm hàng chục dạng khai cuộc, mỗi dạng khai cuộc có hàng trăm phương án, mỗi phương án lại được chia thành hàng trăm biến nhỏ khác nhau.

2.4. Đặc điểm hoạt động tập luyện và thi đấu môn Cờ Vua

* Đặc điểm tâm lý

Trong quá trình học tập, tập luyện Cờ Vua, khả năng tư duy và trực giác được phát triển, trí nhớ linh hoạt hơn, bền vững hơn và dung lượng ghi nhớ lớn hơn. Khả năng tập trung chú ý được phát triển và hoàn thiện. Cờ Vua giúp đẩy mạnh việc tập trung suy nghĩ, khả năng lựa chọn quyết định, góp phần tạo nên ý chí, tính quyết đoán và độ ổn định về cảm xúc.

Lượng vận động tâm lý trong Cờ Vua chính là sự căng thẳng về cảm xúc và thần kinh do mật độ, độ khó của bài tập cờ, tình huống cờ cũng như thời gian thực hiện bài tập, tình huống đó. Các tác nhân tâm lý (cường độ cảm xúc, sự căng thẳng về ý chí ...) có tác động mạnh thì hoặc làm tăng cường hoặc làm giảm sút khả năng chức phận của cơ thể.

Mức độ căng thẳng tâm lý trong hoạt động tập luyện và thi đấu của VĐV Cờ Vua được xác định bằng:

Mức cảm xúc của VĐV: Trạng thái này có rất nhiều nguyên nhân bên trong cũng như bên ngoài như: trình độ chuyên môn của VĐV, trình độ của đối phương, mục đích tập luyện và thi đấu...

- Đặc tính kỹ thuật, chiến thuật của các bài tập, tính chất hoạt động của cơ quan phân tích, mức độ tư

duy chiến thuật, đặc điểm của sự tập trung chú ý, điều kiện hoạt động có đối kháng...

- Độ lớn của nỗ lực ý chí của VĐV.

- Sự căng thẳng tâm lý cao nhất được biểu hiện trong các cuộc thi đấu quan trọng.

Các chỉ số tâm lý đặc trưng cho năng

lực hoạt động Cờ Vua bao gồm: loại hình thần kinh phù hợp, phẩm chất đạo đức tốt; Mức độ bền vững, linh hoạt của quá trình tâm lý; Có trí nhớ tốt; Năng lực tư duy của VĐV tốt (đặc biệt là tư duy sáng tạo); Có nỗ lực ý chí cao, khắc phục khó khăn trở ngại bên trong cũng như bên ngoài để thực hiện tốt nhất nhiệm vụ tập luyện và thi đấu... trong các chỉ số này, đặc điểm tâm lý trội nhất của môn Cờ Vua là năng lực tư duy của VĐV.

* Đặc điểm sinh lý

Trong quá trình thử nghiệm đã sử dụng tổ hợp các phương pháp tâm – sinh lý bao gồm: ghi các dòng điện sinh vật của não (điện não đồ), ghi điện tâm đồ, xác định huyết áp tối đa và huyết áp tối thiểu, xác định tần số hô hấp và tần số mạch đập.

Những kết quả thu được từ điện não đồ trong quá trình thử nghiệm đã chứng tỏ: sự biến đổi hoạt lực điện sinh vật của não trong quá trình thực hiện ván đấu cho phép đánh giá độ khó của nhiệm vụ mà VĐV Cờ Vua phải giải quyết. Khi chơi trong giai đoạn khai cuộc với phương án quen thuộc, việc lựa chọn nước đi dường như là tự động không khó khăn thì giá trị sinh lý của ván đấu không cao. Trong giai đoạn trung cuộc và tàn cuộc, khi phần lớn các ván đấu được xác định bởi sự tính toán căng thẳng thì giá trị sinh lý của ván đấu đạt cao nhất. Các thử nghiệm cho thấy, giá trị sinh lý của ván đấu còn đạt mức cao nhất trong những tình thế thiếu thời gian (xê-nốt), trong những tình thế sau khi thực hiện nước đi không chính xác, hoặc sau những nước đi bất ngờ của đối phương. Kết quả của những thử nghiệm về chức năng hệ tuần hoàn được trình bày ở bảng 1.1.

Bảng 1.1. Kết quả thử nghiệm về chức năng của hệ tuần hoàn

TT người TN	Đẳng cấp	Trước ván đấu		Sau 2 ván đấu		Sau 5-6 ván đấu		Sau 9-10 ván đấu	
		Mạch (L/min)	HA (MmHg)	Mạch (L/min)	HA (MmHg)	Mạch (L/min)	HA (MmHg)	Mạch (L/min)	HA (MmHg)
1	DBKT	94	114/75	114	120/70	114	140/80	156	140/80
2	DBKT	83	140/90	108		150	160/110	120	150/100
3	KT	70	105/55	60	120/70	66	110/70	72	110/60
4	DBKT	78	120/75	64		75		88	140/60
5	DBKT	80	115/70	78		96	130/85	92	130/80
6	DBKT	80	120/65	80	130/70	92		86	140/80
7	DBKT	84	130/80	100		100	150/80	104	140/90
8	DBKT	68	120/75	80		82	130/90	90	135/80
9	DBKT	80	115/60	86	120/70	78		88	130/80
10	DBKT	82	95/55	120	120/70	116		120	130/70
11	DBKT	90	120/70	88		90		98	120/75
12	CI	104	110/60	120		128		120	125/70

3. Kết luận

Cờ vua là một môn thể thao trí lực, lượng vận động trong Cờ vua chủ yếu là lượng vận động tâm lý, tác động trực tiếp vào quá trình tư duy của người tập. Cờ Vua có tác dụng phát triển tư duy logic, giáo dục con người có tính tổ chức kỷ luật, kiên trì, bình tĩnh, linh hoạt, rèn luyện tính quyết đoán táo bạo. Thông qua môn Cờ vua, người chơi cờ càng có hứng thú và say mê cao hơn. Trong quá trình học tập, tập luyện môn Cờ Vua, khả năng tư duy và trực giác của người chơi sẽ được phát triển, trí nhớ linh hoạt hơn, bền vững hơn và dung lượng ghi nhớ lớn hơn. Khả năng tập trung chú ý được phát triển và hoàn thiện. Cờ Vua giúp đẩy mạnh việc tập trung suy nghĩ, khả năng lựa chọn quyết định, góp phần tạo nên ý chí, tính quyết đoán và độ ổn định về cảm xúc của người

Tài liệu tham khảo

1. Lê Bửu, Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Hiệp (1990), Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao, trường Đại học TĐTT 2 Tp. HCM.
2. Đàm Quốc Chính, *Giáo trình Cờ Vua* (1999), Nxb TĐTT, Hà Nội
3. Nguyễn Viết Minh (2010), *Một số giải pháp để nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên chuyên ngành thể dục trong trường sư phạm đào tạo giáo viên TĐTT cho các trường THCS*, Tuyển tập NCKH GDTC, y tế trường học, Nxb TĐTT, Hà Nội, Tr. 60-66.
4. Lê Văn Tiền (2010), “Đánh giá hiệu quả một số giải pháp nâng cao tính hứng thú môn Cờ Vua của sinh viên trường Đại Học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh”, luận văn Thạc sĩ Giáo dục học.