

Nghiên cứu mối tương quan giữa thành tích và yếu tố tâm lý cho nam vận động viên bơi trường sấp Việt Nam

TS. Nguyễn Ngọc Anh

TÓM TẮT:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy đề tài đã xác định các yếu tố tâm lý cũng như các tiêu chuẩn đánh giá yếu tố tâm lý đồng thời đưa ra mối tương quan giữa thành tích và yếu tố tâm lý cho nam vận động viên (VĐV) bơi trường sấp Việt Nam.

Từ khoá: nam vận động viên bơi trường sấp, yếu tố tâm lý, thành tích thi đấu, tiêu chuẩn đánh giá.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hoạt động tập luyện và thi đấu bơi đỉnh cao luôn đòi hỏi ở người huấn luyện viên (HLV), VĐV khả năng phát huy tối đa mọi nguồn năng lực có trong cơ thể. Ngày nay, chênh lệch về trình độ thi đấu giữa các VĐV là không nhiều, danh giới giữa thắng và thua chỉ được phân định từng phần trăm giây vì thế hoạt động tâm lý chính là một trong những yếu tố quyết định tạo ra kết quả thi đấu cuối cùng.

Nghiên cứu yếu tố tâm lý đối với VĐV thể thao nói chung cũng như với VĐV bơi nói riêng luôn mang tính cấp thiết, việc xác định ra những yếu tố tâm lý đặc trưng có ảnh hưởng đến thành tích thi đấu sẽ giúp rất nhiều cho HLV trong suốt quá trình huấn luyện cũng như thi đấu. Xuất phát từ lý do đó, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài “*Nghiên cứu mối tương quan giữa thành tích và yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp Việt Nam*”.

Trong quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, tọa đàm, kiểm tra tư phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Xác định yếu tố tâm lý và lựa chọn tiêu chuẩn đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp

2.1.1. Xác định yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp

Trên cơ sở phân tích và tổng hợp các tài liệu có liên

ABSTRACT:

Using of routine scientific research methods have identified psychological factors as well as criteria for assessing psychological factors and the correlation between achievement and psychological factors for Vietnam male swimmer in freestyle event.

Keywords: male athletes Swimming Freestyle, psychological factors, achievement, evaluation criteria.

quan cũng như căn cứ vào những yếu tố ảnh hưởng trực tiếp đến các giai đoạn trong thi đấu bơi (được biểu thị ở sơ đồ 1) để xác định yếu tố tâm lý. Sau khi thu thập được thông qua phương pháp phỏng vấn, tọa đàm, sàng lọc nhân tố đề tài xác định được 6 yếu tố tâm lý đặc trưng có ảnh hưởng đến VĐV trong thi đấu và đó cũng là cơ sở để đề tài tiến hành lựa chọn những tiêu chuẩn đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp.

2.1.2. Lựa chọn tiêu chí đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp

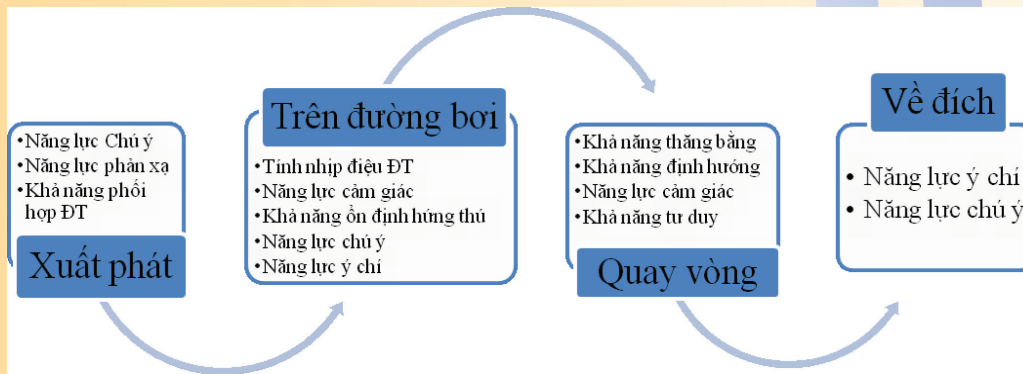
Thông qua phân tích, tổng hợp các tài liệu có liên quan về môn Bơi lội và tâm lý vận động cho thấy, để đánh giá yếu tố tâm lý của VĐV bơi trường sấp, các nhà khoa học thường sử dụng 31 tiêu chí chuyên môn và tâm lý (trình bày ở bảng 1). Để lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác trong số 31 tiêu chí tổng hợp được, tiêu chí nào là cơ bản đối với VĐV bơi nói chung và bơi trường sấp nói riêng, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 52 giáo viên, HLV, cán bộ quản lý chuyên môn, chuyên gia trên toàn quốc. Cách trả lời cụ thể theo bốn mức: Rất quan trọng, quan trọng, bình thường, không quan trọng. Trước khi tiến hành phỏng vấn lựa chọn tiêu chí, quy định là chỉ những tiêu chí có kết quả phỏng vấn đạt $\geq 70\%$ số phiếu trả lời từ mức quan trọng trở lên mới chọn để kiểm nghiệm tiếp theo. Kết quả phỏng vấn trình bày tại bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy, từ 31 tiêu chí thông qua phỏng vấn lựa chọn đề tài đã xác định được 8 tiêu chí đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp gồm: phản xạ xuất phát, phản xạ bơi 15m, cảm giác tốc độ bơi, cảm giác dùng lực cơ bắp, Khả năng khống chế

lo lắng, tính ổn định hứng thú, tập trung chú ý và phẩm chất ý chí. Các yếu tố tâm lý và tiêu chí đánh giá được chúng tôi biểu thị qua sơ đồ 2, trên cơ sở đó đề tài tiến hành đánh giá thực trạng yếu tố tâm lý nam VĐV.

2.2. Đánh giá thực trạng yếu tố tâm lý và mối tương quan giữa thành tích và yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp

2.2.1. Đánh giá thực trạng yếu tố tâm lý cho nam



Sơ đồ 1. Yếu tố tâm lý ảnh hưởng đến các giai đoạn trong thi đấu bơi trường sấp

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trường sấp (n = 52)

TT	Tiêu chí	Tỷ lệ lựa chọn		Mức độ quan trọng							
				Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Phản xạ xuất phát	52	100.00	30	57.69	16	32.00	6	11.54	0	0.00
2	Phản xạ bơi 15m	52	100.00	35	67.31	16	32.00	1	1.92	0	0.00
3	Tổng hợp thời gian phản xạ	40	76.92	6	11.54	14	28.00	17	32.69	3	5.769
4	Tư duy động tác	28	53.85	0	0.00	5	10.00	14	26.92	9	17.30
5	Phán đoán phương hướng	30	57.69	1	1.92	5	10.00	20	38.46	4	7.692
6	Định hướng không gian	30	57.69	4	7.69	5	10.00	17	32.69	4	7.692
7	Cảm giác tốc độ	51	98.08	28	53.85	16	32.00	7	13.46	0	0.00
8	Cảm giác dùng lực cơ bắp	49	94.23	20	38.46	16	32.00	13	25.00	0	0.00
9	Cảm giác vận động	32	61.54	12	23.08	8	16.00	6	11.54	6	11.54
10	Cảm giác thăng bằng	26	50.00	9	17.31	5	10.00	8	15.38	4	7.69
11	Cảm giác lực kéo tay	36	69.23	10	19.23	6	12.00	7	13.46	13	25.00
12	Tính định hướng động tác	31	59.62	18	34.62	9	18.00	2	3.85	2	3.846
13	Cảm giác lực đập chân	12	23.08	0	0.00	3	6.00	9	17.31	0	0.00
14	Cảm giác nước	44	84.62	25	48.08	12	24.00	3	5.77	4	7.692
15	Cảm giác tần số động tác	37	71.15	25	48.08	6	12.00	3	5.77	3	5.769
16	Tri giác tốc độ	16	30.77	1	1.92	4	8.00	6	11.54	5	9.615
17	Trình độ thả lỏng cơ bắp	41	78.85	8	15.38	15	30.00	12	23.08	6	11.54
18	Phán đoán không gian	14	26.92	0	0.00	3	6.00	5	9.62	6	11.54
19	Mức độ thả lỏng	34	65.38	7	13.46	7	14.00	12	23.08	8	15.38
20	Năng lực tổng hợp động tác	46	88.46	20	38.46	18	36.00	4	7.69	4	7.69
21	Tính ổn định hứng thú	52	100.00	40	76.92	4	8.00	5	9.62	3	5.77
22	Năng lực chú ý động tác	33	63.46	3	5.77	7	14.00	8	15.38	15	28.85
23	Khả năng khống chế lo lắng	52	100.00	19	36.54	19	38.00	10	19.23	4	7.69
24	Ổn định chú ý	45	86.54	21	40.38	11	22.00	13	25.00	0	0.00
25	Tập trung chú ý	47	90.38	32	61.54	6	12.00	7	13.46	2	3.85
26	Nhận thức lo lắng	33	63.46	14	26.92	4	8.00	12	23.08	3	5.77
27	Phẩm chất ý chí	52	100.00	45	86.54	5	10.00	0	0.00	2	3.85
28	Ý chí tiến thủ	34	65.38	19	36.54	6	12.00	2	3.85	7	13.46
29	Cảm giác lý chí	25	48.08	2	3.85	3	6.00	20	38.46	0	0.00
30	Căng thẳng cơ bắp	37	71.15	7	13.46	9	18.00	12	23.08	9	17.31
31	Khắc phục khó khăn	45	86.54	13	25.00	15	30.00	8	15.38	9	17.31



Sơ đồ 2. Yếu tố tâm lý và tiêu chí đánh giá yếu tố tâm lý nam VĐV bơi trường sấp

Bảng 2. Thực trạng yếu tố tâm lý của nam VĐV bơi trường sấp

Yếu tố	Tiêu chí	Cấp I		Kiện tướng		t	p
		\bar{X}	δ	\bar{X}	δ		
Phản xạ	Phản xạ xuất phát (s)	0.73	0.09	0.67	0.08	2.36	< 0.05
	Phản xạ bơi 15m (s)	6.80	0.19	6.14	0.11	1.11	< 0.05
Cảm giác	Cảm giác dùng lực cơ bắp (kg)	3.56	0.32	2.45	0.23	5.28	< 0.05
	Cảm giác tốc độ (s)	4.56	0.45	2.10	0.22	7.32	< 0.05
Chú ý	Tập trung chú ý (đ)	7.985	0.985	7.485	0.897	2.77	< 0.05
Lo lắng	Khả năng khống chế lo lắng (đ)	50.638	3.565	52.767	3.562	6.09	< 0.05
Ý chí	F - Tổng điểm	161.03	2.117	164.05	2.238	11.08	< 0.05
	F1 - Kim chế	30.63	3.515	33.65	3.552	8.68	< 0.05
	F2 - Quả cảm	29.948	4.133	32.95	3.823	8.10	< 0.05
	F3 - Kiên trì	30.048	3.314	33.05	3.431	8.84	< 0.05
	F4 - Ngoan cường	30.547	4.256	34.55	3.44	10.92	< 0.05
	F5 - Tự tin	31.865	4.245	35.875	4.572	10.35	< 0.05
Hứng thú	F - Tổng điểm	2	0.11	2	0.12	3.42	< 0.05
	F1 - Căng thẳng	3.95	0.13	2.8	0.11	12.81	< 0.05
	F2 - phần nộ	2.15	0.12	1.62	0.09	3.73	< 0.05
	F3 - Mệt mỏi	4	0.15	3.6	0.13	1.74	< 0.05
	F4 - Phiền muộn	3	0.11	2.5	0.09	3.47	< 0.05
	F5 - Sinh lực	9.65	0.45	11.13	0.52	6.55	< 0.05
	F6 - Hoảng loạn	2.65	0.13	2.29	0.12	1.48	< 0.05
	F7 - Tự mãn	8.1	0.45	9.5	0.51	5.97	< 0.05

VĐV bơi trường sấp

Để đánh giá thực trạng yếu tố tâm lý của VĐV bơi trường sấp Việt Nam, đề tài đã sử dụng các test đánh giá các yếu tố tâm lý được các chuyên gia tâm lý học trên thế giới và Trung Quốc thường dùng như:

- “Kiểm tra đơn giản POMS”: đánh giá trạng thái hứng thú.
- Soát vòng hồ Landont: đánh giá năng lực tập trung chú ý.
- Điều tra phẩm chất ý chí (WEM).
- Phiếu điều tra “Khả năng khống chế lo lắng” của

nhà tâm lý người Mỹ Spielberg.

- Máy đo cảm giác lực cơ 30kg.

Điều tra thực hiện trên đối tượng là 120 nam VĐV bơi lội thuộc 16 tỉnh thành, tuổi từ 13 - 23 theo các cự ly bơi ngắn, trung bình và dài. Thời gian thu thập số liệu được tiến hành từ tháng 7/2014 đến tháng 12/2014. Nhằm thuận lợi cho so sánh sự khác biệt giữa các đối tượng điều tra có trình độ chuyên môn khác nhau, căn cứ vào tiêu chuẩn xếp loại đẳng cấp VĐV của Liên đoàn Thể thao dưới nước Việt Nam, đề tài chia đối tượng nghiên cứu thành 2 nhóm (cấp I và kiện tướng). Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 2.

Kết quả bảng 2 thu về cho thấy thành tích của VĐV đạt được từ mức khá trở lên ví dụ: phản xạ xuất phát nhóm VĐV cấp I = 0.73, VĐV kiện tướng = 0.67 so với nhóm VĐV bơi 200m = 0.64 (tại giải Asiad XVII), hay đánh giá tính quả cảm trong năng lực ý chí VĐV cấp 1 = 29.94/45 - kiện tướng = 32.95/45. Sau khi đánh giá kết quả thực trạng yếu tố tâm lý nam VĐV đề tài tiến hành phân tích mối tương quan với thành tích thi đấu.

2.2.2. Mối tương quan giữa thành tích với yếu tố tâm lý của nam VĐV bơi trường sấp

Nhằm xác định mối tương quan giữa thành tích với yếu tố tâm lý của nam VĐV bơi trường sấp đảm bảo tính xác thực và khách quan, đề tài đã tiến hành tính hệ số tương quan cặp giữa kết quả điều tra test tâm lý (bảng

2) với thành tích thi đấu của nam VĐV bơi tại Đại hội thể dục thể thao toàn quốc lần VII - 2014. Kết quả phân tích được trình bày tại bảng 3, bảng 4 và bảng 5.

Qua bảng 4 cho thấy, hầu hết giữa thành tích thi đấu (tất cả các cự ly) và yếu tố tâm lý đều có mối tương quan chặt ở cả nhóm cấp I ($r_{tính} = 0.51$ đến 0.878 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2732$ với $p < 0.05$) và kiện tướng ($r_{tính} = 0.50$ đến 0.79 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2391$ với $p < 0.05$), đánh giá đúng đặc thù chuyên môn từng cự ly. Tại năng lực phản xạ; năng lực chú ý; khả năng khống chế lo lắng và tính ổn định hứng thú nhóm VĐV cự ly ngắn có mối tương quan cao hơn nhóm cự ly dài. Ví dụ: ở năng lực phản xạ xuất phát VĐV cấp I cự ly ngắn ($r = 0.76$) có mối tương quan cao hơn nhóm cự ly trung bình ($r = 0.68$) và nhóm cự ly dài ($r = 0.53$), cũng phản xạ đó tại nhóm VĐV kiện tướng lần lượt thu được là cự ly ngắn

Bảng 3. Hệ số tương quan giữa các test đánh giá năng lực phản xạ, năng lực cảm giác, tập trung chú ý, khả năng khống chế lo lắng và thành tích thi đấu của nam VĐV bơi trường sấp Việt Nam

Nhóm	Tiêu chuẩn	r					
		50m	100m	200m	400m	800m	1500m
Cấp I (n = 50)	Phản xạ xuất phát(s) ($0? 73 \pm 0.09$)	0.76	0.76	0.74	0.66	0.51	0.52
	Phản xạ bơi 15m(s) ($6? 80 \pm 0.19$)	0.78	0.77	0.75	0.68	0.54	0.53
	Cảm giác dùng lực cơ (kg) (3.56 ± 0.32)	0.64	0.65	0.79	0.77	0.78	0.73
	Cảm giác tốc độ(s) ($4? 56 \pm 0.45$)	0.65	0.63	0.72	0.78	0.77	0.79
	Tập trung chú ý(đ) (7.485 ± 0.985)	0.72	.075	0.72	0.65	0.52	0.51
	Đặc thù lo lắng(đ) (50.638 ± 3.565)	- 0.77	- 0.79	- 0.50	- 0.52	- 0.53	- 0.54
Kiện tướng (n = 70)	Phản xạ xuất phát(s) ($0? 67 \pm 0.08$)	0.77	0.78	0.75	0.69	0.52	0.54
	Phản xạ bơi 15m(s) ($6? 14 \pm 0.11$)	0.79	0.78	0.76	0.70	0.52	0.51
	Cảm giác dùng lực cơ (kg) (2.45 ± 0.23)	0.62	0.63	0.76	0.78	0.79	0.75
	Cảm giác tốc độ(s) ($2? 10 \pm 0.22$)	0.63	0.64	0.79	0.78	0.73	0.76
	Tập trung chú ý(đ) (7.985 ± 0.897)	0.73	0.74	0.75	0.68	0.54	0.53
	Khả năng khống chế lo lắng (đ) (52.767 ± 3.562)	- 0.77	- 0.79	- 0.50	- 0.52	- 0.53	- 0.54

Bảng 4. Hệ số tương quan giữa test đánh giá tính ổn định hứng thú và thành tích thi đấu của nam VĐV bơi trường sấp Việt Nam

Nhóm	Tiêu chuẩn	r					
		50m	100m	200m	400m	800m	1500m
Cấp I (n = 50)	F - Tổng điểm (2 ± 0.11)	0.72	0.73	0.71	0.73	0.68	0.69
	F1 - Căng thẳng (3.95 ± 0.13)	- 0.74	- 0.75	- 0.56	- 0.58	- 0.56	- 0.52
	F2 - phần nộ (2.15 ± 0.12)	- 0.52	- 0.56	- 0.58	- 0.58	- 0.59	- 0.53
	F3 - Mệt mỏi (4 ± 0.15)	- 0.75	- 0.77	- 0.79	- 0.81	- 0.82	- 0.84
	F4 - Phiền muộn (3 ± 0.11)	- 0.51	- 0.52	- 0.55	- 0.51	- 0.53	- 0.55
	F5 - Sinh lực (9.65 ± 0.45)	0.75	0.74	0.76	0.75	0.77	0.76
	F6 - Hoảng loạn (2.65 ± 0.13)	- 0.73	- 0.72	- 0.74	- 0.75	- 0.73	- 0.72
	F7 - Tự mãn (8.1 ± 0.45)	0.75	0.74	0.76	0.72	0.71	0.70
Kiện tướng (n = 70)	F - Tổng điểm (2 ± 0.12)	0.75	0.76	0.74	0.75	0.64	0.66
	F1 - Căng thẳng (2.8 ± 0.11)	- 0.76	- 0.75	- 0.57	- 0.59	- 0.53	- 0.51
	F2 - phần nộ (1.62 ± 0.09)	- 0.50	- 0.52	- 0.57	- 0.59	- 0.56	- 0.55
	F3 - Mệt mỏi (3.6 ± 0.13)	- 0.77	- 0.79	- 0.80	- 0.82	- 0.83	- 0.85
	F4 - Phiền muộn (2.5 ± 0.09)	- 0.49	- 0.53	- 0.53	- 0.54	- 0.52	- 0.51
	F5 - Sinh lực (11.13 ± 0.52)	0.76	0.76	0.77	0.78	0.79	0.78
	F6 - Hoảng loạn (2.29 ± 0.12)	- 0.74	- 0.73	- 0.76	- 0.77	- 0.78	- 0.75
	F7 - Tự mãn (9.5 ± 0.51)	0.77	0.76	0.78	0.76	0.77	0.75

Bảng 5. Hệ số tương quan giữa test đánh giá phẩm chất ý chí và thành tích thi đấu của nam VĐV bơi trườn sấp Việt Nam

Nhóm	Tiêu chuẩn	r					
		50m	100m	200m	400m	800m	1500m
Cấp I (n = 50)	F - Tổng điểm (161.03 ± 2.117)	0.67	0.68	0.64	0.66	0.73	0.75
	F1 - Kim chế (29.948 ± 4.133)	0.62	0.63	0.65	0.67	0.74	0.76
	F2 - Quả cảm (29.948 ± 4.133)	0.65	0.67	0.68	0.65	0.71	0.78
	F3 - Kiên trì (30.048 ± 3.314)	0.57	0.58	0.56	0.57	0.73	0.78
	F4 - Ngoan cường (30.547 ± 4.256)	0.69	0.60	0.62	0.65	0.74	0.77
	F5 - Tự tin (31.865 ± 4.245)	0.75	0.76	0.69	0.68	0.65	0.67
Kiện tướng (n = 70)	F - Tổng điểm (164.05 ± 2.238)	0.68	0.69	0.65	0.67	0.74	0.76
	F1 - Kim chế (33.65 ± 3.552)	0.64	0.66	0.67	0.68	0.75	0.79
	F2 - Quả cảm (32.95 ± 3.823)	0.67	0.68	0.64	0.69	0.73	0.79
	F3 - Kiên trì (33.05 ± 3.431)	0.58	0.59	0.58	0.59	0.75	0.79
	F4 - Ngoan cường (34.55 ± 3.44)	0.74	0.68	0.69	0.68	0.76	0.78
	F5 - Tự tin (35.875 ± 4.572)	0.79	0.77	0.65	0.69	0.66	0.69

= 0.77, cự ly trung bình $r = 0.69$, cự ly dài $r = 0.54$, cũng như thế tại năng lực tập trung chú ý cũng lần lượt thu được như sau: VĐV cấp I cự ly ngắn $r = 0.75$; cự ly trung bình $r = 0.72$; cự ly dài $r = 0.52$; VĐV kiện tướng cự ly ngắn $r = 0.74$, cự ly trung bình $r = 0.75$, cự ly dài $r = 0.54$, nhưng ở năng lực cảm giác; phẩm chất ý chí thì VĐV cự ly dài lại có mối tương quan cao hơn so với nhóm cự ly ngắn.

Từ bảng 4 cho thấy: trong bơi lội thì tính ổn định hứng thú và thành tích thi đấu có mối quan hệ chặt chẽ, thể hiện ở nhóm VĐV cấp I ($r_{tính} = 0.68$ đến 0.73 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2732$ với $p < 0.05$) và nhóm kiện tướng ($r_{tính} = 0.64$ đến 0.76 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2391$ với $p < 0.05$). Trong đó, ở cả hai nhóm VĐV các cự ly 50m, 100m, 200m và 400m đều có hệ số tương quan rất cao. Từ kết quả trên có thể thấy ở cự ly ngắn và trung bình thì trạng thái tâm lý và thành tích thi đấu có mối quan hệ rất mạnh. Ngoài ra, thi đấu cự ly càng dài và trình độ chuyên môn càng cao thì ổn định tâm lý càng tốt.

Kết quả bảng 5 cho thấy: phẩm chất ý chí và thành tích thi đấu ở VĐV cấp I có tương quan mạnh ($r_{tính} = 0.64$ đến 0.75 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2732$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$). Đối với nhóm kiện tướng ($r_{tính} = 0.65$ đến 0.76 lớn hơn $r_{bảng} = 0.2391$ với $p < 0.05$) cũng thể hiện tương quan mạnh. Trong đó, ở cả hai nhóm thì cự ly

1500m có hệ số tương quan cao nhất và cự ly 200m là có tương quan thấp nhất.

3. KẾT LUẬN

- Qua nghiên cứu đề tài đã xác định được 6 yếu tố tâm lý (phản xạ; cảm giác; chú ý; lo lắng; hứng thú; ý chí), 8 tiêu chuẩn đánh giá yếu tố tâm lý (phản xạ xuất phát, phản xạ bơi 15m, cảm giác dùng lực cơ bắp, cảm giác tốc độ, tập trung chú ý, khả năng khống chế lo lắng, tính ổn định hứng thú và phẩm chất ý chí). Các yếu tố và tiêu chuẩn có đủ cơ sở khoa học, đủ độ tin cậy, chính xác nhằm đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trườn sấp.

- Qua phân tích đề tài có được kết quả: giữa yếu tố tâm lý với thành tích thi đấu đều biểu thị tính tương quan chặt, có ý nghĩa ở ngưỡng $p = 5\%$. Từ kết quả có được cũng có thể kết luận giữa yếu tố tâm lý và thành tích thi đấu có mối liên quan rất chặt chẽ: trình độ càng cao thì tâm lý càng vững.

- Các yếu tố tâm lý và chỉ tiêu đánh giá mà đề tài đã xác định được thông qua quá trình nghiên cứu là tư liệu khoa học mang tính thực tiễn cao, có thể tham khảo vào kiểm tra đánh giá yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trườn sấp cũng như cho các VĐV kiểu bơi khác.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Rudich P. A (1980), *Tâm lý học thể dục thể thao* [M], Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. William.JM an Straub (1986), *Tâm lý học thể thao* [M]. Sport Psychology.
3. Đỗ Vĩnh (2010), *Giáo trình tâm lý học thể dục thể thao* [M], Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: trích từ kết quả NCKH của LATS “Nghiên cứu mối tương quan giữa thành tích và yếu tố tâm lý cho nam VĐV bơi trườn sấp Việt Nam”, tác giả Nguyễn Ngọc Anh, 2015.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 18/11/2017; ngày phản biện đánh giá: 14/12/2017; ngày chấp nhận đăng: 6/1/2018)