

Thực trạng nhận thức của huấn luyện viên và vận động viên về vai trò của công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý nhằm khắc phục trạng thái tâm lý xấu trước thi đấu cho vận động viên karatedo cấp cao Việt Nam

NCS Nguyễn Mạnh Hùng

TÓM TẮT:

Từ kết quả nghiên cứu đề tài, bài báo tập trung đánh giá thực trạng nhận thức về vai trò của công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý nhằm khắc phục trạng thái tâm lý xấu trước thi đấu cho vận động viên (VĐV) karatedo cấp cao Việt Nam. Các nội dung phân tích chủ yếu gồm: Nhận thức của huấn luyện viên (HLV) và VĐV; công tác huấn luyện tâm lý; hiệu quả sử dụng các biện pháp điều chỉnh tâm lý.

Từ khóa: thực trạng, nhận thức, vai trò, huấn luyện, điều chỉnh, tâm lý, trước thi đấu, vận động viên, karatedo, Việt Nam.

ABSTRACT:

From the research results, the article focuses on the perception of the role of coaching and psychological adjustment to overcome bad mental state before competition for Vietnamese elite Karatedo athletes. Main analysis content including: Coaches' and athletes' perceptions; Psychological training; Effective use of psychological adjustment measures.

Keywords: swariness, role, training, adjustment, psychology, pre-match, Athlete, Karate, Vietnam.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Môn Karatedo đã dành được nhiều huy chương vàng, bạc, đồng ở các đại hội TDTT SEA Games, ASIAD và Thế giới cho đoàn thể thao Việt Nam. Thành công của môn Karatedo có được là nhờ việc song song chuẩn bị kỹ lưỡng cả về kỹ chiến thuật thể lực và tâm lý cho VĐV. Đặc biệt là việc ngày càng coi trọng các yếu tố tâm lý khi mà trình độ kỹ thuật và thể lực giữa các VĐV không có sự khác biệt. Tuy nhiên, thực tiễn này còn chưa được coi trọng một cách đầy đủ trong môn Karatedo. Qua nhiều năm liên tục theo dõi các VĐV



(Ảnh minh họa)

karatedo Việt Nam thi đấu tại các giải toàn quốc và quốc tế cho thấy: trước và trong thi đấu, các VĐV ở môn võ Karatedo thường có các trạng thái tâm lý như hưng phấn hoặc ức chế ở các mức độ khác nhau gây nên các trở ngại tâm lý làm ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả thi đấu của họ. Nhiều VĐV trong tập luyện đã được các HLV đánh giá đạt được trình độ chuyên môn và thể lực tốt, song khi ra thi đấu lại có biểu hiện trạng thái tâm lý như ý chí bị giảm sút, tư duy thiếu logic, tốc độ của quá trình tư duy chậm, năng lực vận động cũng như kỹ, chiến thuật, thể lực bị sa sút. Có nhiều VĐV đã bị rối loạn về cảm xúc làm suy giảm thành tích và sức khỏe của họ một cách rõ rệt. Nguyên nhân là do việc đánh giá tâm lý trước thi đấu chưa được tiến hành một cách khoa học, việc điều chỉnh tâm lý cho VĐV trước thi đấu còn thực hiện tự phát, mang nặng chủ nghĩa kinh nghiệm, các đội tuyển nói chung và karatedo nói riêng chưa có chuyên gia về tâm lý.

Vì vậy, việc đánh giá được thực trạng nhận thức của HLV và VĐV về vai trò của công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý nhằm khắc phục trạng thái tâm lý xấu trước thi đấu một cách khoa học, đúng đắn sẽ góp phần nâng cao thành tích cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam.

Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng để giải quyết vấn đề: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, toạ đàm, chuyên gia, kiểm tra y học, sử dụng test, thực nghiệm sư phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng nhận thức của HLV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam

Phân tích cơ sở lý luận và thực tiễn, đề tài đã xác định và xây dựng được bảng hỏi với 7 câu về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý đối với việc khắc phục tâm lý xấu trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam. Mỗi câu hỏi được người trả lời theo 5 mức độ tác động (C5: tác động rất lớn; C4: tác động lớn; C3: bình thường; C2: tác động nhỏ; C1: tác động rất nhỏ). Kết

quả phỏng vấn được đánh giá theo thang đo Likert.

Đối tượng tiến hành phỏng vấn bao gồm 18 HLV đã và đang tham gia huấn luyện VĐV karatedo cấp cao ở Việt Nam như các HLV đội tuyển quốc gia, huấn luyện viên đội tuyển karatedo công an nhân dân, HLV đội tuyển quân đội nhân dân Việt Nam và một số HLV ở 16 tỉnh thành có đội tuyển gồm nhiều VĐV karatedo có trình độ cao như Hà Nội, thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM), Đà Nẵng, Thanh Hóa, An Giang v.v...

Về xác định độ tin cậy kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Từ kết quả thu được trên bảng 1 cho thấy: hệ số tin cậy (Cronbach's Alpha) của tổng 7 câu hỏi phỏng vấn thu được về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý là 0.754, khi so sánh với giá trị (cronbach's alpha if item deleted) của từng vai trò phỏng vấn đều < 0.754, chỉ từ 0.701 đến 0.737. Đồng thời giá trị corrected Item-total correlation thu được ở 7 câu hỏi phỏng vấn có giá trị thu được từ 0.408 đến 0.572 > 0.4. Do vậy, không có câu hỏi phỏng vấn nào phải loại bỏ và kết quả phỏng vấn thu được đảm bảo độ tin cậy.

Về kết quả trả lời được trình bày ở bảng 2 và biểu đồ 1.

Bảng 1. Độ tin cậy kết quả phỏng vấn về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam (n = 38)

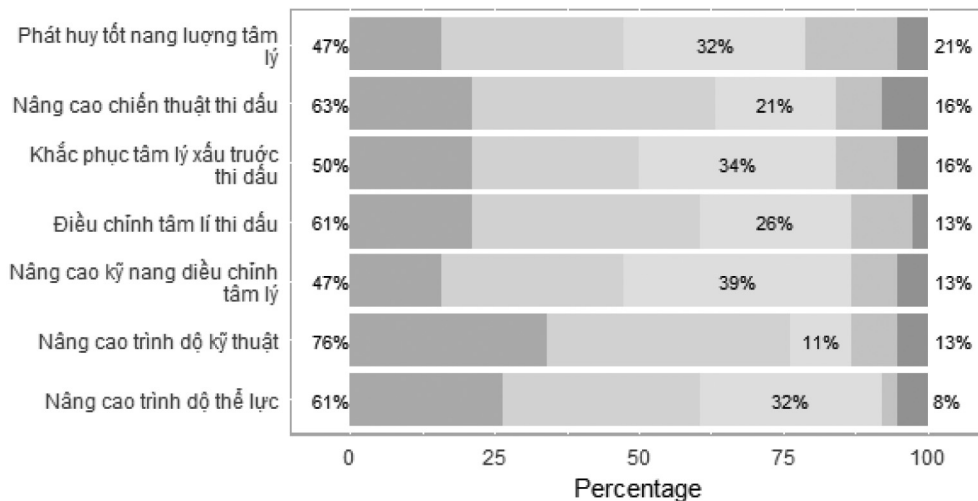
Reliability statistics	
Cronbach's alpha	N of Items
.754	7

Item-total statistics

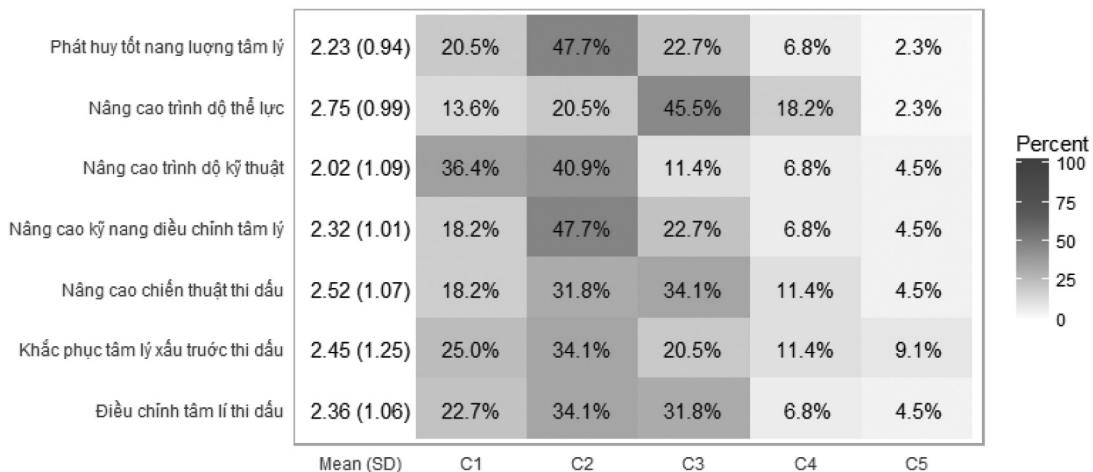
TT	Vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	Nâng cao trình độ kỹ thuật	14.6842	17.844	.444	.730
2	Nâng cao trình độ thể lực	14.5000	17.986	.470	.724
3	Nâng cao kỹ năng điều chỉnh tâm lý	14.2105	18.441	.430	.732
4	Phát huy tốt năng lượng tâm lý	14.1316	16.928	.572	.701
5	Nâng cao chiến thuật thi đấu	14.3684	16.996	.526	.711
6	Khắc phục tâm lý xấu trước thi đấu	14.2632	17.983	.437	.731
7	Điều chỉnh tâm lý thi đấu	14.4211	18.683	.408	.737

Bảng 2. Thực trạng nhận thức của HLV về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam (n = 38)

TT	Vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý	Mức độ tác động (%)			mean	sd
		Nhỏ và rất nhỏ	Bình thường	Rất lớn và lớn		
1	Nâng cao trình độ kỹ thuật	76	11	13	2.08	1.12
2	Nâng cao trình độ thể lực	61	32	8	2.26	1.06
3	Nâng cao kỹ năng điều chỉnh tâm lý	47	39	13	2.55	1.03
4	Phát huy tốt năng lượng tâm lý	47	32	21	2.63	1.10
5	Nâng cao chiến thuật thi đấu	63	21	16	2.39	1.15
6	Khắc phục tâm lý xấu trước thi đấu	50	34	16	2.50	1.11
7	Điều chỉnh tâm lý thi đấu	61	26	13	2.34	1.02



Biểu đồ 1. Thực trạng nhận thức của HLV về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam



Biểu đồ 2. Thực trạng nhận thức của VĐV về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam

Từ kết quả ở bảng 2 và biểu đồ 1 cho thấy: đa số ý kiến trả lời đều nằm ở vùng mức độ nhỏ và rất nhỏ (C1 và C2) chiếm tỷ lệ từ 47% đến 76%. Ở vùng mức độ rất lớn và lớn chỉ chiếm từ 8% đến 21%. Còn lại là vùng mức độ trung bình chiếm tỷ lệ từ 11% đến 39%. Như vậy, đa số HLV đều đánh giá chưa cao về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam.

Khi tính điểm trung bình (mean) theo thang đo likert 5 bậc thì có 6/7 nội dung nhận định về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý nằm trong khoảng từ 2.08 đến 2.55 điểm và độ lệch chuẩn (sd) dao động từ 1.03 đến 1.15 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert thì đều nằm trong khoảng từ 1.81 - 2.60. Tức là mức độ đánh giá về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý ở mức độ nhỏ. Còn 1/7 nội dung nhận định đạt 2.63 điểm nằm trong khoảng 2.61 - 3.40 điểm và ở mức độ đánh giá là bình thường. Hay nói cách khác là

nhận thức của HLV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam còn ở mức độ chưa cao.

2.2. Thực trạng nhận thức của VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam

Sử dụng 7 nội dung phỏng vấn như đã phỏng vấn cho đối tượng HLV về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn trên 44 VĐV đã và đang tham gia tập luyện karatedo ở đội tuyển quốc gia, công an nhân dân, quân đội nhân dân và một số VĐV ở đội tuyển thành phố Hà Nội, TP HCM, Đà Nẵng, Thanh Hóa, An Giang v.v...

Xác định độ tin cậy kết quả phỏng vấn cho thấy: hệ số tin cậy (cronbach's alpha) của tổng 7 câu hỏi phỏng vấn thu được về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý là 0.776, khi so sánh với giá trị (cronbach's alpha if Item deleted) của từng vai trò phỏng vấn đều < 0.776,

Bảng 3. So sánh sự khác biệt giữa nhận thức của HLV và VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo

Ký hiệu	Mức độ	Tần số với 7 câu		X-squared	p-value
		HLV (n = 38)	VĐV (n = 44)		
C1	Tác động rất nhỏ	59	68	0.307	0.989
C2	Tác động nhỏ	95	113		
C3	Bình thường	74	83		
C4	Tác động lớn	24	30		
C5	Tác động rất lớn	14	14		
	Tổng cộng	266	308		

chỉ từ 0.714 đến 0.767. Đồng thời giá trị Corrected Item-Total Correlation thu được ở 7 câu hỏi phỏng vấn có giá trị thu được từ 0.400 đến 0.672 > 0.4. Do vậy, không có câu hỏi phỏng vấn nào phải loại bỏ và kết quả phỏng vấn thu được đảm bảo độ tin cậy. Về xác định tỷ lệ trả lời được thể hiện ở biểu đồ 2.

Kết quả thu được cho thấy: đa số ý kiến trả lời đều nằm ở vùng mức độ nhỏ và rất nhỏ (C1 và C2) chiếm tỷ lệ từ 13.6% đến 47.7%. Ở vùng mức độ rất lớn và lớn chỉ chiếm từ 2.3% đến 18.2%. Còn lại là vùng mức độ trung bình chiếm tỷ lệ từ 11.4% đến 45.5%. Như vậy, đa số VĐV đều đánh giá chưa cao về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam.

Khi tính điểm trung bình (mean) theo thang đo Likert 5 bậc thì có 6/7 nội dung nhận định về vai trò của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý nằm trong khoảng từ 2.02 đến 2.52 điểm và độ lệch chuẩn (sd) dao động từ 0.94 đến 1.25 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert thì đều nằm trong khoảng từ 1.81 - 2.60 thuộc mức độ nhỏ. Còn 1/7 nội dung đạt 2.75 điểm nằm trong khoảng 2.61 - 3.40 điểm và ở mức độ đánh giá là bình thường. Hay nói cách khác là nhận thức của VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam còn ở mức độ chưa cao.

2.3. So sánh sự khác biệt giữa nhận thức của HLV và VĐV về vai trò công tác huấn luyện và

điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam

Căn cứ kết quả phỏng vấn thu được ở tổng cộng 7 nội dung, chúng tôi đã sử dụng kiểm định Khi bình phương để đánh giá sự khác biệt giữa nhận thức của HLV và VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.

Kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy: Giá trị Khi bình phương (X-squared) thu được bằng 0.307 với p-value = 0.989 > 0.05 là không có ý nghĩa thống kê. Hay nói cách khác là nhận thức của HLV và VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV Karatedo là không có sự khác biệt.

3. KẾT LUẬN

Hầu hết các HLV môn Karatedo cho VĐV cấp cao Việt Nam còn chưa nhận thức hết được vai trò rất quan trọng của huấn luyện và điều chỉnh tâm lý để nâng cao trình độ kỹ thuật, chiến thuật thể lực và hiệu suất thi đấu trong điều kiện thi đấu căng thẳng của đấu trường thể thao hiện đại.

Các VĐV karatedo cũng có nhận thức chưa đầy đủ về vai trò của công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu. Đồng thời giữa nhận thức của HLV và VĐV về vai trò công tác huấn luyện và điều chỉnh tâm lý trước thi đấu cho VĐV karatedo có sự tương đồng nhau.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic I. V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Dịch: Phạm Ngọc Trâm, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Trần Tuấn Hiếu, Nguyễn Đường Bắc (2002), *Giáo trình karatedo*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Phạm Ngọc Viễn (1991), *Xây dựng mô hình tâm lý của VĐV một số môn thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội..
4. Phạm Ngọc Viễn (2000), *Giáo trình giảng dạy tâm lý TDTT cho cao học*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Mã Khởi Vỹ (2001), *Tâm lý học TDTT*, Nxb Nhân dân Trung Quốc.

Nguồn bài báo: Trích từ kết quả nghiên cứu đề tài “Nghiên cứu các biện pháp khắc phục trạng thái tâm lý xấu trước thi đấu cho VĐV karatedo cấp cao Việt Nam” của cùng tác giả – Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 22/5/2018; ngày phản biện đánh giá: 6/6/2018; ngày chấp nhận đăng: 5/8/2018)