

Sự phát triển năng lực cảm giác vận động của hội viên câu lạc bộ khiêu vũ thể thao sinh viên Thanh Hoá

TÓM TẮT:

Đánh giá thực trạng năng lực cảm giác vận động của hội viên câu lạc bộ (CLB) khiêu vũ thể thao sinh viên (SV) Thanh Hoá trước khi thực nghiệm (TN) kết quả thu được mức độ tốt và khá là ít, chủ yếu là trung bình, vẫn còn SV yếu. Sau một năm tham gia tập luyện khiêu vũ thể thao cho thấy sự phát triển năng lực cảm giác vận động so với trước thực nghiệm (TTN) ở SV có sự khác biệt rõ nét.

Từ khóa: sinh viên; khiêu vũ thể thao, cảm giác vận động, Thanh Hoá.

ABSTRACT:

Assessing the current status of motor skills of the members of Thanh Hoa Student Sports Club before experimenting. The results were good and relatively low, mostly on average, but there are some weak students. After a year of exercising, there is a clear difference in the development of motor-sensory abilities in comparison to the pre-experiment.

Keywords: student; dance sports, movement sensation, Thanh Hoa.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thể thao hiện đại, bên cạnh kỹ chiến thuật, thể lực thì yếu tố tâm lý có vai trò rất quan trọng tới kết quả tập luyện và thi đấu. Theo đó, đặc điểm của các môn thể thao khác nhau có ảnh hưởng nhất định đến việc phát triển các mặt tâm lý của người tập như: tri giác, sự quan sát, trí nhớ, sự tư duy, trí tưởng tượng, cảm xúc và các phẩm chất đạo đức, ý chí; phát triển và hoàn thiện các cảm giác chuyên môn, rèn luyện sự tập trung chú ý.

Nỗ lực tối đa để có được kết quả hành động nhanh, chính xác phụ thuộc chủ yếu vào năng lực cảm giác, do đó năng lực cảm giác là chỉ số quan trọng để đánh giá năng lực vận động. Năng lực cảm giác là quá trình nhận thức, phản ánh tâm lý hoạt động cơ bản của mỗi người. Năng lực cảm giác được xác định bởi các chỉ số: tốc độ phản ứng với tín hiệu (miligiây – ms); mức độ chính xác của phản ứng (tính bằng số %); sức bền (hiệu suất P

NCS. Tô Thị Hương ■



(Ảnh minh họa)

bằng tổng số mili giây của 10 phản ứng đầu tiên trừ đi tổng số mili giây của 10 phản ứng sau cùng).

Để đánh giá sự phát triển về năng lực cảm giác vận động của 60 SV (30nam, 30 nữ) là hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV tỉnh Thanh Hoá, sử dụng phương pháp kiểm tra y sinh, thông qua thiết bị đo phản ứng vận động T.K.K II-1264 do Nhật sản xuất để minh chứng tính hiệu quả của khiêu vũ thể thao đối với SV sau một năm tập luyện.

Cách thức kiểm tra: đối tượng kiểm tra ngồi trong tư thế thoải mái, tay trong tư thế sẵn sàng bấm nút. Mỗi người thực hiện 2 test. Test 1 chỉ có một tín hiệu âm thanh cao. Test 2 có hai tín hiệu (âm thanh trầm và âm thanh cao). Ngay khi nghe thấy tín hiệu âm thanh phát ra, bấm nút càng nhanh càng tốt (chỉ bấm nút khi nghe thấy tín hiệu âm thanh cao). Người điều khiển phát tín hiệu âm thanh và ghi lại kết quả hiển thị trên khung của thiết bị điều khiển sau mỗi lần phát tín hiệu. Đơn vị đo là miligiây (ms).

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng năng lực cảm giác vận động của SV

Kết quả kiểm tra đánh giá thực trạng năng lực cảm giác vận động của sinh viên CLB Khiêu vũ thể thao SV tỉnh Thanh Hoá, trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy, kết quả phản ánh thực trạng về năng lực cảm giác vận động của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá:

- Năng lực cảm giác vận động trung bình chung của nữ với một tín hiệu: 248.87 (ms); với hai tín hiệu là 239.75 (ms); mức độ chính xác trung bình chung là: 55.43%; sức bền tâm lý: loại tốt có 4 SV (chiếm 13.33%), loại khá có 5 SV (chiếm 16.66%), còn lại là ở loại trung bình và yếu.

- Năng lực cảm giác vận động trung bình chung của nam, với một tín hiệu: 250.23 (ms); với hai tín hiệu: 228.01 (ms); mức độ chính xác trung bình: 57.90%; sức bền tâm lý: loại tốt có 3 SV (chiếm 10%), loại khá có 6 SV (chiếm 20%), còn lại là trung bình và yếu.

2.2. Sự phát triển năng lực cảm giác vận động hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá

Sau 1 năm TN khiêu vũ thể thao với hai dòng latinh cha cha và rumba, đã tiến hành khảo sát đánh giá sự phát triển năng lực vận động của hội viên CLB khiêu vũ

thể thao SV Thanh Hoá, trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2, cho thấy:

Đối với tốc độ phản ứng với 1 tín hiệu, ở nữ tăng trưởng 21.72%, nam tăng trưởng 30.25%;

Đối với tốc độ phản ứng với 2 tín hiệu, ở nữ tăng trưởng 14.76%, ở nam tăng trưởng 11.62%;

Đối với mức độ chính xác của cảm giác vận động, ở nữ tăng trưởng 22.94%, ở nam tăng trưởng 29.51%.

Nhìn chung mức tăng trưởng ở nữ bình quân là 18.81%, ở nam là 23.79%.

2.3. Đánh giá sự phát triển về sức bền tâm lý của hội viên của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá

Đánh giá sự phát triển về sức bền tâm lý của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá trước và sau TN, trình bày ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy, tăng trưởng sức bền tâm lý sau thực nghiệm (STN) của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá: loại tốt và khá STN đều có xu hướng tăng, trong đó ở nam có sức bền tâm lý tăng hơn so với nữ. Cụ thể

- Ở loại tốt:

+ Số nữ SV có loại tốt về sức bền tâm lý TTN là 4 (chiếm 13.33%). STN loại tốt ở nữ SV có 7 (chiếm 23.33%). Như vậy, STN ở nữ SV ngành văn hóa, nghệ

Bảng 1. Thực trạng năng lực cảm giác vận động của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá (n=60)

Giới tính	Tham số	Tốc độ phản ứng		Mức độ chính xác (%)	Sức bền tâm lý (P)
		Với 1 tín hiệu (mili giây)	Với 2 tín hiệu (mili giây)		
Nữ (n = 30)	Trung bình	248.87	239.75	55.43	Bốn SV có sức bền tâm lý tốt Năm sinh viên có sức bền tâm lý khá. Còn lại là trung bình và yếu
	Độ lệch chuẩn	93.37	106.54	28.39	
	Hệ số biến thiên	0.37	0.44	0.51	
	Xmax	422.56	355.6	90.9	
	Xmin	139.65	121.54	23.88	
Nam (n = 30)	Trung bình	250.23	228.10	57.90	Ba SV có sức bền tâm lý tốt Sáu sinh viên có sức bền tâm lý khá. Còn lại là trung bình và yếu
	Độ lệch chuẩn	84.81	79.58	28.88	
	Hệ số biến thiên	0.34	0.35	0.49	
	Xmax	438.67	328.52	100	
	Xmin	105.24	107.52	22.92	

Bảng 2: Sự phát triển năng lực cảm giác vận động của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá

Giới tính	Tốc độ phản ứng trung bình với 1 tín hiệu (mili giây)			Tốc độ phản ứng trung bình với 2 tín hiệu (mili giây)			Mức độ chính xác của cảm giác vận động (%)		
	TTN (điểm)	STN (điểm)	W (%)	Trước thực nghiệm (điểm)	Sau thực nghiệm (điểm)	W (%)	Trước thực nghiệm (%)	Sau thực nghiệm (%)	W (%)
Nữ (n = 30)	248.87 ±93.37	204.45 ±	21.72	239.75 ±106.54	208.90 ±	14.76	55.43 ±28.39	68.15 ±	22.94
Nam (n = 30)	250.23 ±84.81	192.11 ±	30.25	228.01 ±79.58	204.26 ±	11.62	57.9 ±28.88	74.99 ±	29.51

Bảng 3. Kết quả đánh giá sự phát triển về sức bền tâm lý của hội viên của hội viên CLB khiêu vũ thể thao SV Thanh Hoá

Giới tính	TTN (n = 60)				STN (n = 60)				W (%)	$\chi^2_{tính}$	$\chi^2_{bảng}$	P
	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu				
Nữ (n = 30)	Tốt	4	13.33	Tốt	7	23.33	75.01	10.16	7.81	< 0.05		
	Khá	5	16.66	Khá	9	30	80.07					
	Trung bình	14	46.66	Trung bình	12	40	- 14.27					
	Yếu	7	23.33	Yếu	2	6.66	- 71.45					
	Trung bình chung của tốt và khá	14.99		Trung bình chung của tốt và khá	26.66		77.54					
Nam (n = 30)	Tốt	3	10	Tốt	8	26.66	166.6	14.71	11.34	< 0.01		
	Khá	6	20	Khá	11	36.66	83.3					
	Trung bình	15	50	Trung bình	10	33.33	- 33.34					
	Yếu	6	20	Yếu	1	3.33	- 83.35					
	Trung bình chung của tốt và khá	15		Trung bình chung của tốt và khá	31.66		111.06					

thuật và du lịch có mức tăng trưởng chung về sức bền tâm lý là 75.01%.

+ Số nam SV có sức bền tâm lý loại tốt TTN là 3 (chiếm 10%). STN, số nam SV có sức bền tâm lý loại tốt là 8 (chiếm 26.66%). Như vậy, STN, ở nam SV ngành văn hóa, nghệ thuật và du lịch có mức tăng trưởng chung về sức bền tâm lý ở loại tốt là 166.6%.

- Ở loại khá:

+ Số Nữ SV có loại khá về sức bền tâm lý TTN là 5 (chiếm 16.66%). STN, loại khá ở nữ SV có 9 (chiếm 30%). Như vậy, STN ở nữ SV ngành văn hóa, nghệ thuật và du lịch có mức tăng trưởng ở loại khá là 80.07%.

+ Số nam SV có loại khá về sức bền tâm lý TTN là 6 (chiếm 20%). STN, loại khá ở nam SV có 11 (chiếm 36.66%). Như vậy, STN ở nam SV ngành văn hóa, nghệ thuật và du lịch có mức tăng trưởng là 83.3%.

- Ở loại trung bình và yếu: nhìn chung STN, số nữ và nam SV ở mức trung bình và yếu đều có xu hướng giảm (nữ ở loại trung bình, giảm 14.27% và loại yếu giảm 71.45%; ở nam, trung bình giảm 33.34%, yếu giảm 83.35%).

Từ kết quả nghiên cứu cho thấy, nếu tổ chức các khóa học về thể chất cho SV học tập và rèn luyện bằng các biện pháp tâm lý – sư phạm với các chương trình khiêu vũ thể thao thì năng lực cảm giác vận động ở SV

có những chuyển biến tích cực đáng kể.

3. KẾT LUẬN

- Qua kết quả tốc độ phản ứng của SV TTN, đề tài đánh giá năng lực cảm giác vận động của SV thông qua tốc độ phản ứng (quá trình cảm giác vận động - mili giây), mức độ chính xác của phản ứng (%) và sức bền tâm lý (hiệu suất P). Kết quả đã cho thấy rõ những tiến triển về năng lực cảm giác vận động ở SV ngành văn hóa, nghệ thuật và du lịch TTN còn ở mức độ hạn chế ở mức tốt và khá

- Kết quả STN cho thấy sự phát triển năng lực cảm giác vận động so với trước thực nghiệm ở SV có sự khác biệt rõ nét ($p < 0.05$ đối với nữ, $p < 0.01$ đối với nam). Điều này chứng tỏ chương trình khiêu vũ thể thao đồng minh với hai điệu cha cha cha, Rumba cơ bản và nâng cao được đề tài áp dụng TN trên SV Thanh Hoá có ảnh hưởng tích cực tới năng lực vận động của SV, kết quả đó cũng đồng thời phản ánh tính khả thi của chương trình TN.

Qua quả nghiên cứu là cơ sở đánh giá tác dụng tích cực của khiêu vũ thể thao (dancesport) đối với thể chất của người tập, đồng thời đó cũng là cơ sở thực tiễn để đề xuất mô hình phát triển khiêu vũ thể thao (dancesport) đối với SV tỉnh Thanh Hóa.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (2005), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội
2. Phạm Thị Thanh Hương (2010), *Nghiên cứu ứng dụng một số thiết bị công nghệ và trắc nghiệm trong đo lường và chẩn đoán tâm lý vận động viên*, đề tài cấp Viện.

Nguồn bài báo: công bố một phần kết quả nghiên cứu của đề tài luận án tiến sĩ giáo dục học: “Phát triển khiêu vũ thể thao (dancesport) trong các trường đại học tỉnh Thanh Hóa”, NCS Tô Thị Hương, 2018.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 24/9/2018; ngày phản biện đánh giá: 8/11/2018; ngày chấp nhận đăng: 14/12/2018)