

ĐÁNH GIÁ SỰ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC CHÚ Ý CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN NAM VOVINAM TỈNH ĐỒNG NAI SAU MỘT CHU KỲ TẬP LUYỆN

TS. Trần Thị Kim Hương¹

Tóm tắt: Thông qua các phương pháp nghiên cứu thường quy, đề tài đánh giá sự phát triển năng lực chú ý (chú ý chung và chuyên môn) của vận động viên nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau một chu kỳ tập luyện (6 tháng). Kết quả cho thấy sau một chu kỳ tập luyện các test đều có sự tăng trưởng ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Từ khóa: Đánh giá, năng lực chú ý, phát triển, vận động viên, Vovinam, tỉnh Đồng Nai.

Abstract: Using regular research methods, the study evaluates the development of attention capacity (general and professional attention) of male Vovinam athletes in Dong Nai province after a training cycle (6 months). The results show that after a cycle of training, all tests have growth at the probability threshold $P < 0.05$.

Keywords: Assessment, attention capacity, development, athletes, Vovinam, Dong Nai province.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Vovinam là môn thể thao cá nhân đối kháng trực tiếp, là một trong những môn thể thao mà yếu tố tâm lý đóng vai trò quan trọng ảnh hưởng lớn đến kết quả thi đấu của vận động viên (VĐV). Trong đó, năng lực chú ý là một yếu tố tâm lý vô cùng quan trọng đối với VĐV võ thuật Vovinam. Thực tế cho thấy VĐV khi tập luyện, biểu diễn và thi đấu giao hữu ở tại đơn vị thì đạt kết quả rất tốt nhưng đến khi tham gia các cuộc thi đấu lớn, nhất là thi đấu quan trọng thì thành tích lại kém đi rất nhiều.

Một vài nghiên cứu tâm lý trên đối tượng các VĐV các môn võ ở Việt Nam chỉ giới hạn ở việc tìm hiểu một số phẩm chất tâm lý của các VĐV như trạng thái tâm lý xấu trước thi đấu... Tuy nhiên trong thực tế huấn luyện VĐV Vovinam tỉnh Đồng Nai cho thấy thời lượng huấn luyện còn ít, vấn đề tâm lý còn chưa được quan tâm đúng mức trong khi trên thảm thi đấu năng lực chú ý của VĐV là yếu tố vô cùng quan trọng, ảnh hưởng trực tiếp đến thành tích thi đấu. Vì vậy, hướng nghiên cứu đánh giá năng lực chú ý là một trong những vấn đề cấp bách nhằm góp phần nâng cao hiệu quả thi đấu đối với VĐV Vovinam. Đã có nhiều phương pháp huấn luyện với nhiều bài tập được xây dựng nhằm mục đích nâng cao năng lực chú ý cho VĐV được đưa vào áp dụng. Tuy nhiên tại tỉnh Đồng Nai, chưa có nghiên cứu nào đánh giá sự phát triển năng lực chú ý của VĐV sau các chu kỳ tập luyện. Đó là lý do chúng tôi lựa chọn nghiên cứu: “Đánh giá sự phát triển

năng lực chú ý của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau một chu kỳ tập luyện”.

Trong quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: tổng hợp và phân tích tư liệu; phỏng vấn; kiểm tra tâm lý; kiểm tra sự phạm; toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Nghiên cứu được tiến hành trên 14 VĐV Vovinam nam, đội tuyển Đồng Nai. Đây là những VĐV đang tập trung đội dự tuyển (thuộc Trung tâm Huấn luyện và thi đấu Thể dục thể thao tỉnh Đồng Nai), các VĐV đều đạt trình độ hoàng đai trở lên có thời gian tập luyện chuyên nghiệp trên 2 năm. Trong đó có 11 VĐV từ 57kg - 63kg và 3 VĐV từ 51 - 57 kg. Chương trình tập luyện năm được chia ra thành 2 chu kỳ, mỗi chu kỳ thực hiện trong 6 tháng. Nghiên cứu lựa chọn chu kỳ 6 tháng đầu năm để đánh giá sự phát triển năng lực chú ý của VĐV, do chu kỳ 6 tháng cuối năm quá trình tập luyện thường có thay đổi do VĐV phải tham dự các giải đấu khác nhau.

2.1. Lựa chọn test đánh giá năng lực chú ý cho VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai

Năng lực chú ý là một trạng thái tâm lý có vai trò “làm nền” cho các quá trình tâm lý khác, do đó hầu hết các quá trình tâm lý đều liên quan đến năng lực chú ý. Nghiên cứu thông qua các bước tổng hợp tài liệu hệ thống hóa các test, phỏng vấn các chuyên gia và kiểm nghiệm độ tin cậy, tính thông báo của các test lựa chọn, đã lựa chọn được 20 test đánh giá về năng lực chú ý chung và chuyên môn (các test có 80% ý kiến lựa chọn sau

phòng vắn trở lên). Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá năng lực chú ý của nam VĐV Vovinam tỉnh Đồng Nai

TT	Test	Kết quả phỏng vấn				So sánh	
		Lần 1 (n=37)	Tỷ lệ %	Lần2 (n=38)	Tỷ lệ %	χ^2	P
1	Đánh giá chú ý tổng hợp (p)	33	89.18	35	92.10	0.67	>0.05
2	Đánh giá phân phối chú ý (p)	37	100	36	94.73	0.11	>0.05
3	Đánh giá tập trung chú ý (đ).	32	86.4	31	81.57	1.97	>0.05
4	Đánh giá độ rộng của chú ý (đ)	30	81.08	35	92.10	1.56	>0.05
5	Đánh giá ổn định chú ý (đ)	20	54.05	18	47.36	18.34	<0.05
6	Đánh giá di chuyển chú ý (đ)	36	97.3	37	97.36	0.05	>0.05
7	Đánh giá phản xạ đơn (m.s)	30	81.08	35	92.10	1.56	>0.05
8	Đánh giá phản xạ phức (m.s)	35	94.59	35	92.1	0.34	>0.05
9	Đánh giá năng lực xử lý thông tin (b/s)	32	86.4	31	81.57	1.97	>0.05
10	Đánh giá tư duy thao tác (p)	30	81.08	35	92.10	1.56	>0.05
11	Đánh giá hiệu quả trí nhớ thao tác (đ)	33	89.18	35	92.10	0.67	>0.05
12	Đánh giá hồi phục chú ý (t)	23	62.16	25	65.78	9.74	<0.05
13	Đá tạt chân sau vào mục tiêu di động trong 20s (lần)	37	100	36	94.73	0.11	>0.05
14.	Đá thẳng chân sau vào mục tiêu di động trong 20s (lần)	7	18.9	12	31.57	42.11	<0.05
15	Đảm tổ hợp 3 đòn theo mục tiêu di động trong 20s (lần)	36	97.3	37	97.36	0.05	>0.05
16	Đảm tổ hợp 5 đòn theo mục tiêu di động trong 20s (lần)	25	67.56	25	65.78	8.34	<0.05
17	Bắt chân chém hất mục tiêu di động trong 30s (lần)	33	89.18	35	92.10	0.67	>0.05
18	Bắt chân chém hất mục tiêu di động trong 1 phút (lần)	18	48.6	16	42.1	22.49	<0.05
19	Đòn chân số 03 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	32	86.4	31	81.57	1.97	>0.05
20	Đòn chân số 06 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	7	18.9	12	31.57	42.11	<0.05
21	Đòn chân số 07 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	16	43.2	9	23.68	34.05	<0.05
22	Đòn chân số 08 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	18	48.6	16	42.1	22.49	<0.05
23	Đòn chân số 09 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	10	27.06	11	28.94	38.89	<0.05
24	Đòn chân số 10 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	35	94.59	35	92.1	0.34	>0.05
25	Đá tạt với đảm thẳng vào 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	32	86.4	31	81.57	1.97	>0.05
26	Đá tổ hợp 3 đòn theo 5 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	23	62.16	25	65.78	9.74	>0.05
27	Đá tổ hợp 3 đòn theo 5 mục tiêu cố định xung quanh trong 1 phút (lần)	30	81.08	35	92.10	1.56	>0.05
28	Tát má đá quét 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	33	89.18	35	92.10	0.67	>0.05
29	Đòn chân số 8,9,10 với 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	11	29.7	8	21.05	41.95	<0.05
30	Đòn chân số 8,9,10 với 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 1 phút (lần)	36	97.3	37	97.36	0.05	>0.05
31	Đá + đảm liên hoàn 3 đòn mục tiêu cố định theo tín hiệu trong 30s (lần)	12	29.7	8	21.05	40.58	<0.05
32	Đá + đảm liên hoàn 5 đòn mục tiêu cố định theo tín hiệu trong 30s (lần)	16	43.2	9	23.68	34.05	<0.05
33	Đá + đảm liên hoàn 5 đòn mục tiêu cố định theo tín hiệu trong 1 phút (lần)	37	100	36	94.73	0.11	>0.05

$n = k-1$, với độ tự do 1, $P = 5\%$, với χ^2 bảng = 3.841.

Thông qua bảng 1, đã chọn lựa được 20 test kiểm tra năng lực chú ý chung và chuyên môn cho các nam VĐV Vovinam đội tuyển tỉnh Đồng Nai trong đó có 10 test chú ý chung (5 test đánh giá thuộc tính chú ý và 5 test đánh giá hệ quả chú ý) và 10 test chú ý chuyên môn là những test kỹ

thuật thiên về phản xạ kèm tín hiệu.

2.2. Đánh giá sự phát triển năng lực chú ý của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau một chu kỳ tập luyện

Nghiên cứu đưa vào áp dụng các bài tập được lựa chọn nhằm phát triển năng lực chú ý và sắp

Bảng 2. Sự phát triển về chú ý chung của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau 1 chu kỳ tập luyện

TT	Test	$\bar{X}_A \pm S$	$\bar{X}_B \pm S$	d	$W_{1\%}$	t_1	P
1	Đánh giá chú ý tổng hợp (p)	5.10±0.14	4.66±0.07	-0.44	9.02	3.449	<0.05
2	Đánh giá phân phối chú ý (p)	4.49±0.13	4.15±0.10	-0.34	7.87	3.397	<0.05
3	Đánh giá tập trung chú ý (đ)	18.73±0.22	19.89±1.12	1.16	6.01	2.702	<0.05
4	Đánh giá độ rộng của chú ý (đ)	98.89±0.66	105.14±6.64	6.25	6.13	2.584	<0.05
5	Đánh giá di chuyển chú ý (đ)	97.54±0.78	107.74±7.32	10.2	9.94	3.029	<0.05
6	Đánh giá phản xạ đơn (m.s)	200.71±3.75	190.5±5.59	-10.21	5.22	3.338	<0.05
7	Đánh giá phản xạ phức (m.s)	361.36±1.45	341.36±19.52	-20	5.69	2.683	<0.05
8	Đánh giá năng lực xử lý thông tin (b/s)	1.43±0.02	1.48±0.04	0.05	3.44	3.088	<0.05
9	Đánh giá tư duy thao tác (p)	0.56±0.04	0.51±0.05	-0.05	9.35	2.473	<0.05
10	Đánh giá hiệu quả trí nhớ thao tác (đ)	6.99±0.1	7.60±0.47	0.61	8.36	2.962	<0.05
$n = 14-1; t_{0.05} = 2.160$							

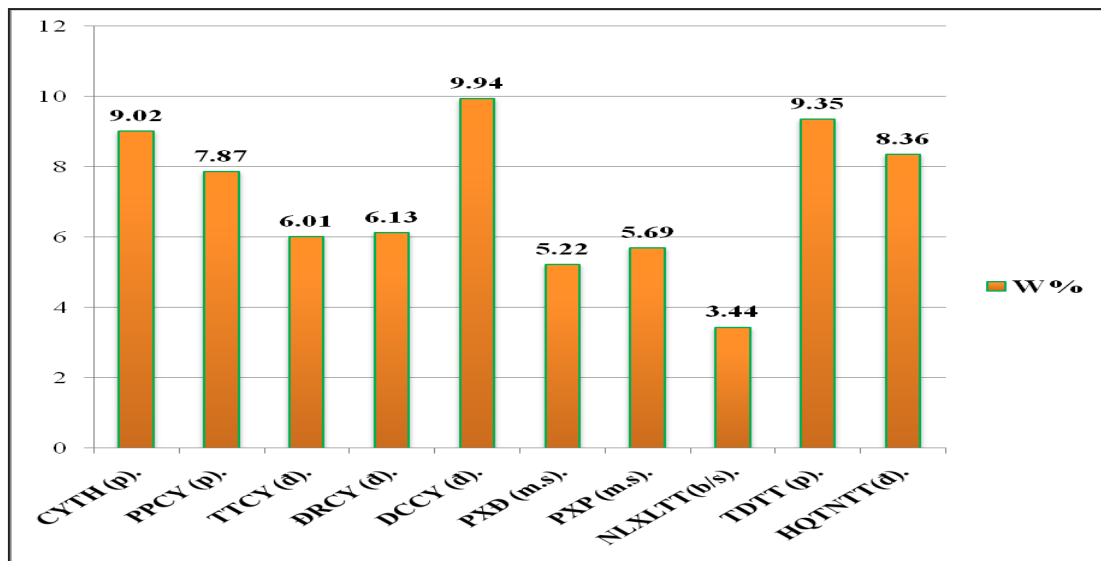
Bảng 3. Sự phát triển về chú ý chuyên môn của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau 1 chu kỳ tập luyện

TT	Test	$\bar{X}_A \pm S$	$\bar{X}_B \pm S$	d	$W_{1\%}$	t_1	P
1	Đá tạt chân sau vào mục tiêu di động trong 20s (lần)	13±1.93	15±1.88	2	14.29	3.58	<0.05
2	Đám tổ hợp 3 đòn theo mục tiêu di động trong 20s (lần)	6.47±0.83	7.43±0.85	0.96	13.81	3.61	<0.05
3	Bắt chân chém hắt mục tiêu di động trong 30s (lần)	6.4±0.91	7.43±0.94	1.03	14.9	3.61	<0.05
4	Đòn chân số 03 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	6.07±0.80	6.93±0.83	0.86	13.23	3.10	<0.05
5	Đòn chân số 10 vào mục tiêu trong 30 giây (lần)	13.13±2.03	14.71±2.02	1.58	11.35	3.33	<0.05
6	Đá tạt với đám thẳng vào 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	6.4±0.83	7.29±1.07	0.89	13	3.24	<0.05
7	Đá tổ hợp 3 đòn theo 5 mục tiêu cố định xung quanh trong 1 phút (lần)	6.13±0.83	7.14±0.95	1.01	15.22	3.37	<0.05
8	Tát má đá quét 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 30s (lần)	6.47±0.83	7.29±0.99	0.82	11.92	3.35	<0.05
9	Đòn chân số 8,9,10 với 03 mục tiêu cố định xung quanh trong 1 phút (lần)	6.4±0.83	7.29±0.91	0.89	13	3.04	<0.05
10	Đá + đám liên hoàn 5 đòn mục tiêu cố định theo tín hiệu trong 1 phút (lần)	6.4±0.83	7.36±1.01	0.96	13.95	3.37	<0.05
		$n = 14-1; t_{0.05} = 2.160$					
		\bar{X}_A : là giá trị trung bình đầu giai đoạn.		d: là sự chênh lệch giữa giá trị trung bình của đầu và cuối giai đoạn. W: là nhịp tăng trưởng. P: là xác suất			
		\bar{X}_B : là giá trị trung bình cuối giai đoạn.					

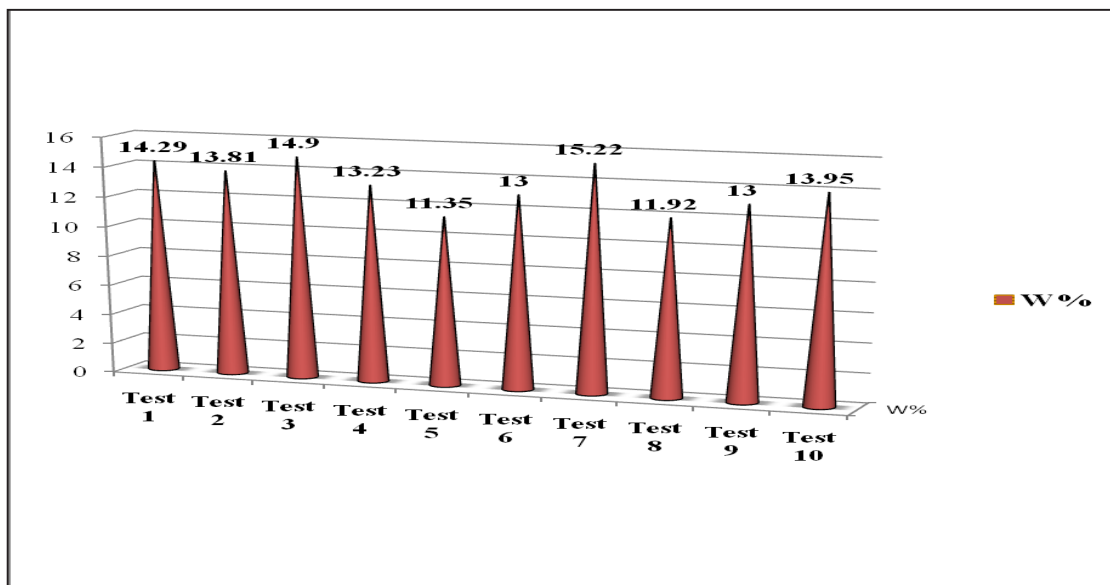
xếp theo chương trình huấn luyện cụ thể với sự phân bố thời gian hợp lý. Việc lựa chọn bài tập và kế hoạch xây dựng chương trình được thực hiện trên cơ sở qui định về thời gian tổ chức tập luyện là 1 năm trong kế hoạch huấn luyện năm của đội. Nội dung bài tập và bảng phân phối chương trình huấn luyện năng lực chú ý trong môn Vovinam do đề tài nghiên cứu đã được Ban huấn luyện và Ban giám đốc Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh Đồng Nai phê duyệt cho thực nghiệm trên đối tượng nam VĐV đội tuyển Vovinam nhằm mục đích xác định tính hiệu quả thực tế

của các bài tập trong việc phát triển năng lực chú ý. Sau một chu kỳ tập luyện, sự phát triển về năng lực chú ý chung và chuyên môn của VĐV được đánh giá thông qua giá trị trung bình, độ lệch chuẩn, $t_{\text{tính}}$ của 2 lần kiểm tra và nhịp độ phát triển (S.brondy). Kết quả được trình bày tại bảng 2 và 3.

Qua số liệu ở bảng 2 cho thấy thành tích kiểm tra đều tiến bộ nhất định. Cả 10 test chú ý chung có tăng tiến khác nhau nhưng đều có ý nghĩa thống kê với ngưỡng xác suất $P < 0.05$ vì có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} > 2.160$.



Biểu đồ 1. Nhịp độ tăng trưởng năng lực chú ý chung của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau 1 chu kỳ tập luyện



Biểu đồ 2. Nhịp độ tăng trưởng năng lực chú ý chuyên môn của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau 1 chu kỳ tập luyện

Qua số liệu kiểm tra chú ý chuyên môn sau chu kỳ 1 tập luyện thu được ở bảng 3 cho thấy thành tích kiểm tra đều tiến bộ nhất định. Cả 10 test có tăng tiến khác nhau nhưng đều có ý nghĩa thống kê với ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Như vậy sau một chu kỳ tập luyện, giá trị trung bình của 20/20 test kiểm tra về năng lực chú ý chung và chuyên môn của VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai đều có sự tăng trưởng tốt.

Kết quả về nhịp tăng trưởng năng lực chú ý chung và chuyên môn của các VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai sau 1 chu kỳ tập luyện được biểu diễn qua biểu đồ 1 và 2.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã xác định được 20 test được lựa chọn đánh giá năng lực chú ý chung và chuyên môn chuyên môn dùng kiểm tra cho các VĐV nam Vovinam tỉnh Đồng Nai. Sau một chu kỳ tập luyện có áp dụng các bài tập được lựa chọn, năng lực chú ý chung và chuyên môn của đối tượng nghiên cứu đã có sự phát triển tăng trưởng đáng kể và khá đồng đều, có sự khác biệt rõ rệt, có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic.I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 2. Trần Thanh Bình (2006) “*Nghiên cứu một số biện pháp điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu của VĐV Taekwondo trẻ Bình Thuận (lứa tuổi 15-17)*” luận văn thạc sỹ.
 3. Phạm Thanh Hương (2007), “*Tập trung chú ý trong hoạt động thể thao*”, Tạp chí Khoa học Thể thao, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
 4. Trần Thị Kim Hương – Nguyễn Thị Mỹ Linh (2017), *Xác định hệ thống test đánh giá năng lực chú ý cho nam VĐV Vovinam tỉnh Đồng Nai*, Luận văn Tạp chí KH&ĐT TDTT số 5/2017, Trường ĐH TDTT Tp.HCM.
 5. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp toán thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.
- Nguồn bài báo:** được trích từ kết quả nghiên cứu của Luận án tiến sĩ: “*Nghiên cứu các bài tập nâng cao năng lực chú ý cho nam VĐV Vovinam tỉnh Đồng Nai*”, Trường ĐH TDTT Tp.HCM. Trần Thị Kim Hương (2018).
- Ngày nhận bài: 15/5/2022; Ngày duyệt đăng: 17/6/2022**



Ảnh minh họa (nguồn Internet)