

NGHIÊN CỨU DIỄN BIẾN TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN CẤP CAO MÔN KARATE GIAI ĐOẠN HUẤN LUYỆN CHUẨN BỊ CHUNG VÀ HUẤN LUYỆN CHUẨN BỊ CHUYÊN MÔN QUA KẾT QUẢ THỰC HIỆN TEST CHÚ Ý CÓ CHỌN LỌC

Võ Ngọc Giao, Nguyễn Văn Tường
Khoa Thể thao, Trung tâm giáo dục thể chất & Thể thao, Đại học Quốc gia Hà Nội

Tóm tắt: Bằng phương pháp sử dụng thiết bị công nghệ hiện đại (hệ thống test tâm lý thể thao - test vienna system) cùng với các phương pháp thống kê, chúng tôi tiến hành nghiên cứu diễn biến tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn karate trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung và huấn luyện chuẩn bị chuyên môn qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4).

Từ khóa: Diễn biến tâm lý, vận động viên cấp cao, môn Karate, test chú ý có chọn lọc (test RT-S4).

STUDY ON THE PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF HIGH-LEVEL KARATE ATHLETES DURING GENERAL AND SPECIALIZED TRAINING PHASES THROUGH THE RESULTS OF A SELECTIVE ATTENTION TEST

Abstract: Using modern technology (sports psychology test system - Vienna system test) along with statistical methods, we conducted a study on the psychological development of high-level karate athletes during general and specialized training phases through the results of a selective attention test (RT-S4 test).

Keywords: Psychological development, high-level athletes, Karate, selective attention test (RT-S4 test).

Nhận bài: 08/03/2026

Phản biện: 09/04/2026

Duyệt đăng: 14/04/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong công tác nghiên cứu khoa học thể dục thể thao, việc nghiên cứu đánh giá và điều chỉnh tâm lý của VĐV thông qua các biện pháp có cơ sở khoa học nhằm nâng cao thành tích tập luyện, thi đấu của vận động viên Karate được rất nhiều nhà khoa học quan tâm. Chúng ta cũng thấy rõ trình độ phát triển tâm lý vận động viên chính là thước đo phản ánh tính khoa học và hiệu quả của công tác huấn luyện đó cũng là một trong những nhân tố cơ bản cho phát triển thành tích thể thao. Hiện đã có rất nhiều công trình nghiên cứu về tâm lý của vận động viên như: Phạm Ngọc Viễn (2006); Nguyễn Thị Tuyết (2007); Phạm Thị Thanh Hương (2008); Phạm Viễn và Phạm Thị Thanh Hương (2014); Đặng Thị Hồng Nhung (2015)...

Môn Karate đã và đang đạt được nhiều thành tích trên các đấu trường trong nước và thế giới, đóng góp không nhỏ trong sự phát triển thể thao Việt Nam. Qua nhiều năm tiếp cận thực tiễn, chúng tôi nhận thấy chú ý chọn lọc là một quá trình tâm lý, phản ánh trạng thái hoạt động đặc thù của vận động viên Karate. Kết quả của việc chú ý chọn lọc là một trong các yếu tố tâm lý cơ bản, có ý nghĩa và vai trò quan trọng ảnh hưởng đến thành tích của vận động viên karate. Vì vậy, nghiên cứu diễn biến tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn karate trong giai đoạn huấn luyện chuẩn

bị chung và huấn luyện chuẩn bị chuyên môn qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4) là việc làm cần thiết.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Nghiên cứu sử dụng phương pháp toán học thống kê; Hệ thống Test Vienna để đánh giá trạng thái tâm lý vận động viên môn karate thông qua Test chú ý có chọn lọc (Test RT-S4). Test RT-S4- Chú ý có chọn lọc: Giúp vận động viên Karate không chỉ thể hiện năng lực tập chung chú ý mà còn có thể xác định năng lực phán đoán, năng lực quan sát và năng lực phản ứng, trong trạng thái chú ý có chọn lọc, vận động viên sẽ bộc lộ các khả năng của bản thân và kết quả của chú ý có chọn lọc là một trong những yếu tố góp phần phản ánh trình độ tâm lý thể thao của vận động viên. ... Do đó test RT-S4 có ý nghĩa đánh giá được mức độ chú ý có chọn lọc mà mỗi VĐV cần tập chung vào để hoàn thành bài kiểm tra (thể hiện sự lựa chọn động tác khi ra đòn của VĐV Karate).

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá thực trạng tâm lý của vận động viên karate trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4)

Nghiên cứu đánh giá thực trạng tâm lý của vận động viên karate trong giai đoạn chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4).

Không có vận động viên nào có phản ứng sai và phản ứng không hoàn toàn. Mỗi chuyển động của vận động viên khi xuất hiện tín hiệu đều dẫn đến một kết quả phản ứng với chu trình đầy đủ. Từ ý nghĩa của kết quả này có thể cho phép chúng ta sử dụng tốc độ phản ứng và phản ứng đúng để nghiên cứu diễn biến tâm lý. Trung bình chung của nữ: Thời gian phản ứng (mili giây): 432; Tốc độ phản ứng (mili giây): 167.25; Đúng (%): 15.38; Bỏ lỡ (%): 0.63. Trung bình chung của nam: Thời gian phản ứng (mili giây): 465.2; Tốc độ phản ứng (mili giây): 165.2; Đúng (%): 15.8; Bỏ lỡ (%): 0.3.

2.2. Đánh giá thực trạng tâm lý của vận động viên trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chuyên môn qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4)

Nghiên cứu đánh giá thực trạng tâm lý của vận động viên trong giai đoạn chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện test chú ý có chọn lọc (test RT-S4) tổng cộng có 48 tín hiệu trong đó có 16 tín hiệu

yêu cầu ứng viên phải phản ứng. Tổng thời gian (bao gồm cả hướng dẫn) là 9 phút; Test này tăng thêm sự xuất hiện của các tín hiệu gây nhiễu và phức tạp hơn).

Thực trạng chung về chú ý có chọn lọc của nữ và nam vận động viên karate:

Trung bình chung của nữ: Thời gian phản ứng: 337.75 (ms); Tốc độ phản ứng: 149.75 (ms); Đúng: 15.87(%); Bỏ lỡ: 0 (%)

Trung bình chung của nam: Thời gian phản ứng: 372.2 (ms); Tốc độ phản ứng: 150.2 (ms); Đúng: 17(%); Bỏ lỡ: 0.3 (%).

2.3. Nghiên cứu diễn biến năng lực chú ý có chọn lọc của nữ và nam vận động viên môn Karate trong giai đoạn chuẩn bị chung và giai đoạn chuẩn bị chuyên môn.

Nghiên cứu diễn biến năng lực chú ý có chọn lọc của vận động viên từ giai đoạn chuẩn bị chung đến giai đoạn chuẩn bị chuyên môn, chúng tôi sử dụng phương pháp tính nhịp tăng trưởng.

Bảng 1. Nghiên cứu diễn biến tâm lý của nữ và nam vận động viên thể thao cấp cao môn karate từ giai đoạn chuẩn bị chung đến giai đoạn chuẩn bị chuyên môn

Tiêu chí	Nữ vận động viên karate			Nam vận động viên karate		
	Chú ý có chọn lọc		Diễn biến tăng trưởng	Chú ý có chọn lọc		Diễn biến tăng trưởng
	HL cm	CB chung	w%	HL cm	CB chung	w%
Time PU (ms)	337.75	432	24.49	372.2	465.2	22.21
Tốc độ PU (ms)	149.75	167.25	11.04	150.2	165.2	9.51
Đúng (%)	15.875	15.375	3.20	16	15.375	3.98
Bỏ lỡ (%)	0.125	0.625	133.33	0.1	0.3	100.00

Qua bảng 1 cho thấy: Giữa chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn năng lực tâm lý của nữ và nam vận động viên môn Karate đều có sự tăng trưởng, giá trị tăng trưởng (w%) có ý nghĩa thống kê ở cả nam và nữ.

2.4. Nghiên cứu diễn biến tâm lý ở giai đoạn

chuẩn bị chung và giai đoạn chuẩn bị chuyên môn của vận động viên Karate

Nghiên cứu diễn biến chú ý có chọn lọc ở giai đoạn chuẩn bị chung và giai đoạn chuẩn bị chuyên môn của vận động viên Karate. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Nghiên cứu sự khác biệt tâm lý vận động viên karate ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn của vận động viên Karate

Tiêu chí đánh giá	Nữ vận động viên Karate				Nam vận động viên karate				t ¹ nữ	t ² nam
	Chuẩn bị chuyên môn		Chuẩn bị chung		Chuẩn bị chuyên môn		Chuẩn bị chung			
	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Thời gian PU (ms)	337.75	68.63	432	80.73	372.2	90.44	465.2	77.07	24.88	22.91
Tốc độ PU (ms)	149.75	35.15	167.25	39	150.2	43.56	165.2	43.56	6.54	5.15
Đúng (%)	15.875	0.35	15.375	0.74	16	3.53	15.375	15.8	1.58	0.42
Bỏ lỡ (%)	0.125	0.35	0.625	0.74	0.1	0.32	0.3	0.48	1.58	0.73

Qua bảng 2 cho thấy: Diễn biến tâm lý của vận động viên karate ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn có sự khác biệt và giá trị khác biệt có ý nghĩa thống kê. Ở nữ có sự khác biệt rõ hơn so với nam. Ở nam các chỉ tiêu đạt được đều rất tốt và có tính ổn định hơn so với nữ. Đặc biệt là ở tiêu chí lựa chọn đúng của nam ở cả hai giai đoạn huấn luyện đều rất tốt và có sự ổn định tốt.

III. KẾT LUẬN

Thông qua Nghiên cứu diễn biến tâm lý của vận động viên karate ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn cho thấy có sự khác biệt và giá trị khác biệt có ý nghĩa thống kê. Ở nữ có sự khác biệt rõ hơn so với nam. Ở nam các chỉ tiêu đạt được đều rất tốt và có tính ổn định hơn so với nữ. Đặc biệt là ở tiêu chí lựa chọn đúng của nam ở cả hai giai đoạn huấn luyện đều rất tốt và có sự ổn định tốt.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ nhiệm vụ thường xuyên, tác giả: Trần Tuấn Hiếu, tên nhiệm vụ: “Ứng dụng hệ thống test tâm lý (hệ thống test viên) nghiên cứu diễn biến tâm lý vận động viên cấp cao môn Karate”, bảo vệ tại Viện Khoa học Thể dục Thể thao, năm 2021.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Phạm Thị Thanh Hương (2015), “*Stress trong thể thao*”, *Luận án tiến sĩ tâm lý học*, Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam.
 Nguyễn Thành Khải (2000), *Stress trong quản lý*, Luận án Tiến sĩ khoa học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.
 Phạm Ngọc Viễn, Phạm Thị Thanh Hương (2011), *Stress trong hoạt động thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Phạm Ngọc Viễn, Phạm Thị Thanh Hương (2014), *Tâm lý vận động viên thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Phạm Ngọc Viễn, Lê Văn Xem, Mai Văn Muôn, Nguyễn Thanh Nữ (1991), *Tâm lý học thể dục thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.