

THỰC TRẠNG NĂNG LỰC TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN CẤP CAO MÔN KARATEDO GIAI ĐOẠN HUẤN LUYỆN CHUẨN BỊ CHUNG VÀ HUẤN LUYỆN CHUYÊN MÔN QUA KẾT QUẢ THỰC HIỆN TEST NĂNG LỰC PHẢN ỨNG (RT-S1)

Trịnh Văn Giáp
Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

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 nghiên cứu khoa học trong Thể dục thể thao, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng năng lực tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung và huấn luyện chuyên môn qua kết quả thực hiện test năng lực phản ứng (RT-S1).

Từ khóa: Thực trạng năng lực tâm lý, vận động viên cấp cao, môn Karatedo, năng lực phản ứng (RT-S1).

CURRENT STATUS OF THE PSYCHOLOGICAL CAPACITY OF HIGH-LEVEL KARATEDO ATHLETES DURING THE GENERAL PREPARATION AND SPECIALIZED TRAINING STAGES THROUGH THE RESULTS OF THE REACTION ABILITY TEST (RT-S1)

Abstract: By using modern technological equipment (the Vienna Test System for sports psychology), together with scientific research methods in physical education and sports, the study evaluates the current psychological capacity of high-level Karatedo athletes during the general preparation and specialized training stages through the results of the reaction ability test (RT-S1).

Keywords: current psychological capacity; high-level athletes; Karatedo; reaction ability (RT-S1).

Nhận bài: 14/04/2026

Phản biện: 14/05/2026

Duyệt đăng: 18/05/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Vienna Test System là hệ thống các bài kiểm tra chuyên nghiệp để đánh giá tâm lý vận động viên thể thao trên máy tính, phạm vi các bài kiểm tra được cài đặt dưới các hình thức được duy trì và cập nhật liên tục. Test Vienna System là một trong những thiết bị hiện đại nhất hiện nay chuyên nghiên cứu về tâm lý thể thao giúp cho việc nghiên cứu đạt hiệu quả tốt hơn các phương pháp trắc nghiệm thông thường bởi các bài kiểm tra trên máy tính giúp cho việc quản lý quá trình vận động viên thực hiện các bài kiểm tra, kết quả được ghi tự động kỹ thuật số đảm bảo sự chính xác, công bằng, khách quan.

Môn Karatedo đã và đang đạt được nhiều thành tích trên các đấu trường trong nước và thế giới. Nhờ đó, Karatedo có những 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 Karatedo. 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 karatedo. 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)...

Vì vậy, nghiên cứu đánh giá thực trạng năng lực tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung và huấn luyện chuyên môn qua kết quả thực hiện năng lực phản ứng (RT-S1) 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 karatedo thông qua test năng lực phản ứng (RT-S1).

Test năng lực phản ứng (RT-S1): Trong trạng thái phản ứng, vận động viên sẽ bộc lộ các khả năng của bản thân và kết quả của phản ứng tâm lý là một trong những yếu tố góp phần phản ánh trình độ tâm lý thể thao của vận động viên. Vì vậy, năng lực phản ứng là một trong những yếu tố cần thiết trong tuyển chọn và trong kiểm tra đánh giá tâm lý vận động viên thể thao cấp cao... Do đó Test năng lực phản ứng (RT-S1) có ý nghĩa đánh giá năng lực phản ứng của vận động viên.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng tâm lý của vận động viên Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện năng lực phản ứng (RT-S1).

Test năng lực phản ứng (RT-S1) cho phép đánh giá năng lực phản ứng của vận động viên Karatedo. Test năng lực phản ứng (RT-S1) chỉ có một loại tín hiệu là đèn vàng xuất hiện, vì vậy sẽ không có phản

ứng sai. Tổng cộng có 28 lần phát tín hiệu, khi tín hiệu xuất hiện, đòi hỏi vận động viên phải có phản ứng bằng cách bấm nút. Thời gian và tốc độ phản ứng càng nhanh càng tốt. Tổng thời gian thực hiện Test năng lực phản ứng (RT-S1) (bao gồm cả hướng dẫn) là 9 phút. Kết quả đánh giá thực trạng tâm lý của vận động viên Karatedo trong giai đoạn chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện năng lực phản ứng (RT-S1) được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng tâm lý của vận động viên Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chung qua kết quả năng lực phản ứng (RT-S1)

Giới tính	Vận động viên	Thời gian phản ứng (%)	Tốc độ phản ứng (ms)	Phản ứng đúng (%)	Bỏ lỡ (%)	Không hoàn toàn (%)
Nữ (n = 8)	1	77	210	100	0	0
	2	74	136	100	0	0
	3	96	156	96.42	0	1
	4	5	196	100	0	0
	5	79	132	92.85	0	2
	6	43	178	100	0	0
	7	100	124	100	1	1
	8	80	167	96.42	1	0
	X	69.25	162.38	98.21	0.25	0.5
	σ	31.10	31.16	2.70	0.46	0.76
Nam (n = 10)	1	79	85	100	0	0
	2	76	72	100	0	0
	3	77	150	100	1	0
	4	59	104	100	0	0
	5	97	78	89.28	1	2
	6	35	215	96.42	0	1
	7	4	158	100	0	0
	8	96	128	57.14	1	1
	9	30	225	96.42	1	1
	10	25	159	100	0	0
	X	57.8	137.4	93.93	0.4	0.5
	σ	32.33	54.26	13.37	0.52	0.71

Qua bảng 1 cho thấy: ở cả nam và nữ đều có vận động viên không phản ứng và có vận động viên có phản ứng không hoàn toàn. Trung bình chung của nữ: thời gian phản ứng: 69.25%; tốc độ phản ứng: 162.38 (ms); phản ứng đúng 98.21%; bỏ lỡ không phản ứng: 0.25%; phản ứng không hoàn toàn: 0.5%. Trung bình chung của nam: thời gian phản ứng: 57.8%; tốc độ phản ứng: 137.4 (ms); phản ứng đúng 93.93%; bỏ lỡ không phản

ứng: 0.4%; phản ứng không hoàn toàn: 0.5%.

2.2. Thực trạng tâm lý của vận động viên Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuyên môn qua kết quả thực hiện năng lực phản ứng (RT-S1).

Đánh giá thực trạng năng lực tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo trong giai đoạn chuẩn bị chuyên môn qua kết quả thực hiện năng lực phản ứng (RT-S1). Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng tâm lý của vận động viên Karatedo trong giai đoạn huấn luyện chuẩn bị chuyên môn qua kết quả test năng lực phản ứng (RT-S1)

Giới tính	Vận động viên	Thời gian phản ứng (%)	Tốc độ phản ứng (ms)	Phản ứng đúng (%)	Bỏ lỡ (%)	Không hoàn toàn (%)
Nữ (n = 8)	1	79	198	100	0	0
	2	76	133	100	0	0
	3	98	144	96.42	0	1
	4	7	184	100	0	0
	5	81	130	96.42	0	2
	6	45	166	100	0	0
	7	97	112	100	0	0
	8	82	155	96.42	1	0
	X	70.63	152.75	98.66	0.13	0.375
	σ	30.44	28.91	1.85	0.35	0.74
Nam (n = 10)	1	82	82	100	0	0
	2	79	69	100	0	0
	3	80	147	100	0	0
	4	62	101	100	0	0
	5	100	75	92.85	1	2
	6	38	212	96.42	0	1
	7	7	156	100	0	0
	8	99	125	96.42	1	1
	9	33	222	96.42	1	0
	10	28	157	96.42	0	0
	X	60.8	134.6	97.85	0.3	0.4
	σ	32.33	54.35	2.50	0.48	0.70

Qua bảng 2 cho thấy: Thực trạng chung về năng lực phản ứng của vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo: Trung bình chung của nữ: thời gian phản ứng: 70.63%; tốc độ phản ứng: 152.75 (ms); phản ứng đúng 98.66%; bỏ lỡ không phản ứng: 0.13%; phản ứng không hoàn toàn: 0.38%. Trung bình chung của nam: thời gian phản ứng: 60.8%; tốc độ phản ứng: 134.6 (ms); phản ứng đúng 97.85%; bỏ lỡ không phản ứng: 0.3%; phản ứng không hoàn toàn: 0.4%.

Thông qua đánh giá thực trạng năng lực phản ứng của vận động viên thể thao cấp cao môn

Karatedo ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn cho thấy, năng lực phản ứng của vận động viên có xu hướng tăng trưởng tốt hơn ở giai đoạn chuẩn bị chuyên môn.

2.3. Thực trạng năng lực phản ứng của vận động viên môn Karatedo trong giai đoạn chuẩn bị chung và giai đoạn chuẩn bị chuyên môn.

Đánh giá thực trạng năng lực phản ứng 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. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng năng lực tâm lý của vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo từ giai đoạn chuẩn bị chung đến giai đoạn chuẩn bị chuyên môn

Tiêu chí	Nữ vận động viên thể thao Karatedo			Nam vận động viên thể thao Karatedo		
	Năng lực phản ứng		Thực trạng năng lực tăng trưởng	Năng lực phản ứng		Thực trạng năng lực tăng trưởng
	Ở giai đoạn CB chung	Ở giai đoạn CB chuyên môn	w%	Ở giai đoạn CB chung	Ở giai đoạn CB chuyên môn	w%
Thời gian phản ứng (%)	69.25	70.63	1.97	57.8	60.8	5.06
Tốc độ phản ứng (ms)	162.38	152.75	6.11	137.4	134.6	2.06
Đúng (%)	98.21	98.66	0.46	93.93	-97.85	4.09
Bỏ lỡ (%)	0.25	0.13	- 63.16	0.4	0.3	- 28.57
Không hoàn thành (%)	0.5	0.38	- 27.27	0.5	0.4	- 22.22

Qua bảng 3 cho thấy: Giữa chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn năng lực tâm lý của vận động viên môn Karatedo đều có sự tăng trưởng, giá trị tăng trưởng (w%) có ý nghĩa thống kê ở cả nam và nữ.

2.4. Thực trạng năng lực phản ứng ở giai

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

Đánh giá thực trạng năng lực phản ứng 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 4.

Bảng 4. Thực trạng năng lực phản ứng ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn của vận động viên Karatedo

Tiêu chí đánh giá	Năng lực phản ứng của nữ vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo				Năng lực phản ứng của nam vận động viên thể thao cấp cao môn Karatedo				t ¹ nữ s/c	t ² nam s/c
	Ở giai đoạn CB chuyên môn		Ở giai đoạn CB chung		Ở giai đoạn CB chuyên môn		Ở giai đoạn CB chung			
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ		
Thời gian phản ứng (%)	70.63	30.44	69.25	31.10	60.8	32.33	69.25	31.10	0.56	1.20
Tốc độ phản ứng (ms)	152.75	28.91	162.38	31.16	134.6	54.35	162.38	31.16	4.00	0.86
Phản ứng đúng (%)	98.21	2.70	98.66	1.85	93.93	13.37	98.66	1.85	0.42	0.42

Không phản ứng (%)	0.13	0.35	0.25	0.46	0.3	0.48	0.25	0.46	0.43	0.32
Phản ứng không hoàn thành (%)	0.375	0.74	0.5	0.76	0.4	0.70	0.5	0.76	0.33	0.27

Qua bảng 4 cho thấy: Thực trạng năng lực phản ứng của vận động viên Karatedo ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn có sự khác biệt và có ý nghĩa thống kê, đặc biệt ở tiêu chí "tốc độ phản ứng". Nhìn chung, năng lực phản ứng tâm lý ở vận động viên có biểu hiện của sự tăng trưởng. Sự tăng trưởng này diễn ra tự nhiên, ổn định và không có sự đột phá.

III. KẾT LUẬN

Thực trạng năng lực tâm lý của vận động viên Karatedo ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn có sự khác biệt và có ý nghĩa thống kê, đặc biệt ở tiêu chí "tốc độ phản ứng". Nhìn chung, năng lực phản ứng tâm lý ở vận động viên có biểu hiện của sự tăng trưởng. Sự tăng trưởng này diễn ra tự nhiên, ổn định và không có sự đột phá.

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) đánh giá thực trạng năng lực 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.
- Đặng Thị Hồng Nhung (2015), *Ứng dụng hệ thống các giải pháp khoa học trong đào tạo vận động viên cấp cao môn Taekwondo và Karate-do*. Đề tài khoa học cấp Bộ, Bộ văn hóa Thể thao và Du lịch.
- 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.