

THỰC TRẠNG HUẤN LUYỆN VÀ CHUẨN BỊ TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN CỜ VUA ĐẲNG CẤP CAO VIỆT NAM

Bùi Ngọc*; Cù Thị Sáng**
Vũ Bá Mỹ***; Phạm Văn Định***

Tóm tắt:

Bằng phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy chúng tôi tiến hành khảo sát thực trạng huấn luyện và sự chuẩn bị tâm lý của VĐV Cờ Vua đẳng cấp cao Việt Nam, góp phần tìm ra biện pháp huấn luyện chuẩn bị tâm lý và nâng cao chất lượng đào tạo huấn luyện VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam.

Từ khóa: Chuẩn bị tâm lý, Cờ vua, biện pháp huấn luyện tâm lý.

Situation of training activity and psychological preparation of high-level chess athletes in Vietnam

Summary: Through regular scientific research methods, we have conducted surveys of the training status and psychological preparation for high-level chess athletes. The ed research has contributed to finding training methods to prepare the spirits and improving the training quality for Vietnamese high-level chess athletes.

Keywords: Psychological preparation, Chess, Psychological training measures.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Vấn đề nghiên cứu về sự chuẩn bị tâm lý đã có một số nhà chuyên môn trên thế giới quan tâm nghiên cứu, song những nghiên cứu chỉ mang tính chất kinh nghiệm bản thân mà chưa tiến hành nghiên cứu trên đối tượng là VĐV Cờ vua Việt Nam. Mặt khác, ở Việt Nam cũng chưa có công trình nghiên cứu về vấn đề chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua Việt Nam. Đây là vấn đề phức tạp và cần thiết phải nghiên cứu một cách đầy đủ trong quá trình huấn luyện Cờ vua hiện đại. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: "Thực trạng huấn luyện và chuẩn bị tâm lý của VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam".

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để giải quyết các mục tiêu nghiên cứu đặt ra, chúng tôi sử dụng những phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp toán thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng phân bổ thời lượng huấn luyện tâm lý trong chương trình huấn luyện của các đơn vị

Để đánh giá thực trạng phân bổ thời lượng huấn luyện tâm lý, chúng tôi tiến hành khảo sát và phỏng vấn các HLV Cờ vua của 10 trung tâm Cờ vua mạnh trên toàn quốc. Kết quả cho thấy, ở thời kỳ chuẩn bị chung chỉ số bình quân trong huấn luyện tâm lý chỉ chiếm 9% và được tăng lên ở thời kỳ chuẩn bị chuyên môn là 12.4%. Các HLV chỉ quan tâm nhiều vào nội dung huấn luyện chiến thuật, chiến lược cho VĐV của mình. Chỉ khi vào giải đấu chính thức, vấn đề chuẩn bị tâm lý cho VĐV mới được quan tâm (31.3%). Kết thúc giải đấu, các HLV nhanh chóng chuyển nội dung vào huấn luyện kỹ, chiến thuật mà ít quan tâm tới huấn luyện tâm lý. Lúc này thời lượng dành cho huấn luyện tâm lý chỉ còn 4.9%. Điều này cho thấy đại đa số các HLV hiện nay cũng đã có nhận thức nhất định về tầm quan trọng của huấn luyện năng lực tâm lý. Song họ cho rằng, việc huấn luyện tâm lý chỉ

*PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

**ThS, Trường Đại học Điện Lực

***CN, Trường Đại học Điện Lực

cần thực hiện khi VĐV bước vào giải đấu chính thức, còn sau giải đấu và trong quá trình tập luyện, những diễn biến tâm lý không quá phức tạp nên không cần nhiều những biện pháp tác động, điều chỉnh tâm lý VĐV.

2. Thực trạng biện pháp chuẩn bị tâm lý trong quá trình huấn luyện VĐV Cờ vua đẳng cấp cao

Qua tham khảo các nguồn tài liệu có liên quan chúng tôi đã xác định các biện pháp thường được sử dụng trong chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ Vua đẳng cấp cao Việt Nam. Trên cơ sở đó, tiếp tục tìm hiểu mức độ sử dụng những biện pháp này thông qua phỏng vấn 54 HLV Cờ vua. Kết quả thu được trình bày tại bảng 1 và bảng 2.

Bảng 1. Thực trạng mức độ sử dụng biện pháp trong quá trình chuẩn bị tâm lý cho nam VĐV Cờ vua (n=54)

Nhóm biện pháp	Biện pháp	Mức độ sử dụng											
		Rất nhiều		Nhiều		Thỉnh thoảng		Rất hiếm khi		Không bao giờ			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV	Rèn luyện khả năng tập trung	4	7.41	9	16.67	16	29.63	21	38.89	4	7.41		
	Rèn luyện khả năng quan sát	6	11.11	13	24.07	15	27.78	20	37.04	0	0.00		
	Rèn luyện trí nhớ	19	35.19	12	22.22	18	33.33	5	9.26	0	0.00		
	Rèn luyện năng lực tư duy	18	33.33	15	27.78	14	25.93	7	12.96	0	0.00		
	Rèn luyện ý chí tập luyện, thi đấu của VĐV	20	37.04	22	40.74	5	9.26	5	9.26	2	3.70		
Nghiên cứu đấu thủ của VĐV	Phương pháp rèn luyện định mức thời gian trong mỗi nước đi, ván đấu	18	33.33	21	38.89	5	9.26	0	0.00	10	18.52		
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống thiếu hụt thời gian	15	27.78	17	31.48	6	11.11	9	16.67	7	12.96		
	Nâng cao chiến thuật thi đấu trong Cờ vua	18	33.33	14	25.93	14	25.93	8	14.81	0	0.00		
	Phân tích các ván đấu của đối thủ	17	31.48	21	38.89	12	22.22	4	7.41	0	0.00		
	Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ	3	5.56	4	7.41	12	22.22	18	33.33	17	31.48		
Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu	Quan sát đối thủ	2	3.70	7	12.96	8	14.81	22	40.74	15	27.78		
	Xác định sở trường và phong cách thi đấu của đối thủ	14	25.93	24	44.44	8	14.81	5	9.26	3	5.56		
	Trang bị kiến thức về đặc điểm tác động lẫn nhau của các đối thủ trong diễn biến ván đấu	2	3.70	11	20.37	6	11.11	23	42.59	12	22.22		
	Trang bị các thủ pháp tác động đến tâm lý đối thủ trong ván đấu	2	3.70	4	7.41	9	16.67	17	31.48	22	40.74		
	Điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu	13	24.07	15	27.78	22	40.74	4	7.41	0	0.00		
Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV	Kích thích động cơ tham gia thi đấu tích cực	13	24.07	14	25.93	24	44.44	3	5.56	0	0.00		
	Bồi dưỡng niềm tin cho VĐV	17	31.48	9	16.67	25	46.30	3	5.56	0	0.00		
	Khích lệ, động viên trước những thành công của VĐV	22	40.74	15	27.78	6	11.11	1	1.85	10	18.52		
	Sử dụng ngôn ngữ để trao đổi, nói chuyện nhằm giải tỏa tâm lý cho VĐV	26	48.15	14	25.93	7	12.96	7	12.96	0	0.00		
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	2	3.70	12	22.22	5	9.26	24	44.44	11	20.37		
Nhóm biện pháp khác	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như Massage	2	3.70	2	3.70	8	14.81	27	50.00	15	27.78		
	Chơi các môn thể thao khác	16	29.63	18	33.33	7	12.96	11	20.37	2	3.70		
	Giải trí, thư giãn	15	27.78	22	40.74	7	12.96	10	18.52	0	0.00		
	Rèn luyện nề nếp, kỷ luật trong sinh hoạt	19	35.19	15	27.78	6	11.11	1	1.85	13	24.07		

Bảng 2. Thực trạng mức độ sử dụng biện pháp trong quá trình chuẩn bị tâm lý cho nữ VĐV Cờ vua (n=54)

Nhóm biện pháp	Biện pháp	Mức độ sử dụng											
		Rất nhiều		Nhiều		Thỉnh thoảng		Rất hiếm khi		Không bao giờ			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV	Rèn luyện khả năng tập trung	23	29.87	22	28.57	5	6.49	3	3.90	1	1.30		
	Rèn luyện khả năng quan sát	5	6.49	12	15.58	14	18.18	21	27.27	2	2.60		
	Rèn luyện trí nhớ	22	28.57	15	19.48	12	15.58	3	3.90	2	2.60		
	Rèn luyện năng lực tư duy	20	25.97	14	18.18	9	11.69	6	7.79	5	6.49		
	Rèn luyện ý chí tập luyện, thi đấu của VĐV	21	27.27	23	29.87	2	2.60	4	5.19	4	5.19		
Nghiên cứu đầu thủ của VĐV	Phương pháp rèn luyện định mức thời gian trong mỗi nước đi, ván đấu	22	28.57	21	27.27	6	7.79	2	2.60	3	3.90		
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống Seinoit	25	32.47	16	20.78	5	6.49	6	7.79	2	2.60		
	Nâng cao chiến thuật thi đấu trong Cờ vua	21	27.27	16	20.78	5	6.49	9	11.69	3	3.90		
	Phân tích các ván đấu của đối thủ	17	22.08	21	27.27	12	15.58	4	5.19	0	0.00		
	Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ	2	2.60	5	6.49	13	16.88	21	27.27	13	16.88		
Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu	Quan sát đối thủ	3	3.90	6	7.79	9	11.69	18	23.38	18	23.38		
	Xác định sở trường và phong cách thi đấu của đối thủ	23	29.87	24	31.17	2	2.60	4	5.19	1	1.30		
	Trang bị kiến thức về đặc điểm tác động lẫn nhau của các đối thủ trong diễn biến ván đấu	3	3.90	6	7.79	15	19.48	25	32.47	5	6.49		
	Trang bị các thủ pháp tác động đến tâm lý đối thủ trong ván đấu	3	3.90	5	6.49	12	15.58	18	23.38	16	20.78		
	Điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu	16	20.78	21	27.27	8	10.39	6	7.79	3	3.90		
Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV	Kích thích động cơ tham gia thi đấu tích cực	22	28.57	25	32.47	5	6.49	2	2.60	0	0.00		
	Bồi dưỡng niềm tin cho VĐV	21	27.27	20	25.97	6	7.79	7	9.09	0	0.00		
	Khích lệ, động viên trước những thành công của VĐV	23	29.87	22	28.57	5	6.49	2	2.60	2	2.60		
	Sử dụng ngôn ngữ để trao đổi, nói chuyện nhằm giải tỏa tâm lý cho VĐV	27	35.06	18	23.38	6	7.79	3	3.90	0	0.00		
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	1	1.30	2	2.60	6	7.79	25	32.47	20	25.97		
Nhóm biện pháp khác	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như Massage	4	5.19	5	6.49	9	11.69	29	37.66	7	9.09		
	Chơi các môn thể thao khác	20	25.97	19	24.68	5	6.49	7	9.09	3	3.90		
	Giải trí, thư giãn	18	23.38	21	27.27	6	7.79	8	10.39	1	1.30		
	Rèn luyện nề nếp, kỷ luật trong sinh hoạt	3	3.90	2	2.60	2	2.60	25	32.47	22	28.57		

Bảng 3. Những biện pháp tự chuẩn bị tâm lý được các nam VĐV Cờ vua đẳng cấp cao sử dụng trong tập luyện và thi đấu (n=112)

Thời kỳ	Biện pháp	Mức độ sử dụng											
		Rất nhiều		Nhiều		Thỉnh thoảng		Rất hiếm khi		Không bao giờ			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Thời kỳ chuẩn bị	Tự đặt ra mục tiêu cho bản thân	29	25.89	35	31.25	25	22.32	16	14.29	7	6.25		
	Tự tạo ra động lực cho mỗi buổi tập	12	10.71	18	16.00	35	31.25	32	28.57	15	13.39		
	Chơi các môn thể thao	34	30.36	42	37.50	4	3.57	12	11.00	20	17.86		
	Nghe nhạc thư giãn	31	27.68	37	33.00	23	20.54	12	10.71	9	8.04		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	32	28.57	32	29.00	23	20.54	14	12.50	11	9.82		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	11	9.82	23	21.00	36	32.14	33	29.46	9	8.04		
	Tự điều chỉnh tâm lý trước mỗi ván đấu, giải đấu	36	32.14	45	40.00	18	16.07	8	7.14	5	4.46		
	Kiểm chế trước những tác động gây ức chế của đối thủ	34	30.36	42	38.00	23	20.54	13	11.61	0	0.00		
	Đi lại thư giãn trong phòng thi đấu	32	28.57	46	41.00	25	22.32	6	5.36	3	2.68		
	Rèn luyện khả năng tập trung trong thi đấu	10	8.93	27	24.00	35	31.25	26	23.21	14	12.50		
Thời kỳ thi đấu	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm	5	4.46	16	14.00	41	36.61	32	28.57	18	16.07		
	Gây ức chế đối thủ	0	0.00	12	11.00	35	31.25	41	36.61	24	21.43		
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống Seinoit	28	25.00	41	37.00	26	23.21	11	9.82	6	5.36		
	Xây dựng chiến thuật trong thi đấu	35	31.25	35	31.00	23	20.54	16	14.29	3	2.68		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	33	29.46	37	33.00	26	23.21	12	10.71	4	3.57		
	Chơi các môn thể thao	15	13.39	16	14.00	36	32.14	42	37.50	3	2.68		
	Nghe nhạc thư giãn	24	21.43	35	31.00	32	28.57	14	12.50	7	6.25		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	21	18.75	34	30.00	37	33.04	14	12.50	6	5.36		
	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như xoa bóp, Massage...	0	0.00	8	7.00	27	24.11	34	30.36	43	38.39		
	Tự đặt ra mục tiêu mới cho bản thân	24	21.43	34	30.00	32	28.57	15	13.39	7	6.25		
Thời kỳ chuyển tiếp	Tự tạo ra động lực cho mỗi buổi tập	12	10.71	26	23.00	35	31.25	28	25.00	11	9.82		
	Chơi các môn thể thao	11	9.82	19	17.00	32	28.57	35	31.25	15	13.39		
	Nghe nhạc thư giãn	34	30.36	35	31.00	22	19.64	13	11.61	8	7.14		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	28	25.00	33	29.00	23	20.54	16	14.29	12	10.71		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	6	5.36	15	13.00	37	33.04	32	28.57	22	19.64		
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	2	1.79	16	14.00	36	32.14	33	29.46	25	22.32		
Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như xoa bóp, Massage...	0	0.00	4	4.00	23	20.54	45	40.18	40	35.71			

Bảng 4. Những biện pháp tự chuẩn bị tâm lý được các nữ VĐV Cờ vua đẳng cấp cao sử dụng trong tập luyện và thi đấu (n=77)

Thời kỳ	Biện pháp	Mức độ sử dụng											
		Rất nhiều		Nhiều		Thỉnh thoảng		Rất hiếm khi		Không bao giờ			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Thời kỳ chuẩn bị	Tự đặt ra mục tiêu cho bản thân	25	32.47	24	31.17	10	12.99	11	14.29	7	9.09		
	Tự tạo ra động lực cho mỗi buổi tập	5	6.49	21	27.27	24	31.17	16	20.78	11	14.29		
	Chơi các môn thể thao	6	7.79	15	19.48	6	7.79	18	23.38	32	41.56		
	Nghe nhạc thư giãn	24	31.17	28	36.36	9	11.69	12	15.58	4	5.19		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	31	40.26	27	35.06	11	14.29	8	10.39	0	0.00		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	26	33.77	18	23.38	17	22.08	8	10.39	8	10.39		
	Tự điều chỉnh tâm lý trước mỗi ván đấu, giải đấu	15	19.48	24	31.17	22	28.57	12	15.58	4	5.19		
	Kiểm chế trước những tác động gây ức chế của đối thủ	12	15.58	31	40.26	25	32.47	6	7.79	3	3.90		
	Đi lại thư giãn trong phòng thi đấu	36	46.75	23	29.87	12	15.58	4	5.19	2	2.60		
	Rèn luyện khả năng tập trung trong thi đấu	24	31.17	18	23.38	11	14.29	17	22.08	7	9.09		
Thời kỳ thi đấu	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm	4	5.19	15	19.48	13	16.88	23	29.87	22	28.57		
	Gây ức chế đối thủ	0	0.00	9	11.69	18	23.38	25	32.47	25	32.47		
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống Seinot	25	32.47	23	29.87	9	11.69	15	19.48	5	6.49		
	Xây dựng chiến thuật trong thi đấu	7	9.09	16	20.78	21	27.27	22	28.57	11	14.29		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	25	32.47	21	27.27	11	14.29	16	20.78	4	5.19		
	Chơi các môn thể thao	1	1.30	15	19.48	21	27.27	31	40.26	9	11.69		
	Nghe nhạc thư giãn	11	14.29	3	3.90	14	18.18	26	33.77	23	29.87		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	24	31.17	28	36.36	14	18.18	9	11.69	2	2.60		
	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như xoa bóp, Massage...	0	0.00	3	3.90	21	27.27	25	32.47	28	36.36		
	Tự đặt ra mục tiêu mới cho bản thân	9	11.69	6	7.79	13	16.88	22	28.57	27	35.06		
Thời kỳ chuyển tiếp	Tự tạo ra động lực cho mỗi buổi tập	23	29.87	26	33.77	8	10.39	14	18.18	6	7.79		
	Chơi các môn thể thao	3	3.90	13	16.88	24	31.17	22	28.57	15	19.48		
	Nghe nhạc thư giãn	12	15.58	21	27.27	26	33.77	14	18.18	4	5.19		
	Vui chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân	22	28.57	23	29.87	11	14.29	13	16.88	8	10.39		
	Xây dựng chế độ sinh hoạt hợp lý, khoa học	13	16.88	13	16.88	24	31.17	25	32.47	2	2.60		
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	6	7.79	14	18.18	10	12.99	22	28.57	25	32.47		
	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như xoa bóp, Massage...	0	0.00	5	6.49	13	16.88	24	31.17	35	45.45		

Từ bảng 1 chúng tôi nhận thấy, các biện pháp chuẩn bị tâm lý cho nam VĐV Cờ vua là rất phong phú và đa dạng. Hầu hết các biện pháp chuẩn bị tâm lý cho VĐV đã được các HLV đưa ra sử dụng trong chuẩn bị tâm lý cho nam VĐV Cờ Vua đẳng cấp cao Việt Nam, song vẫn còn tồn tại một số biện pháp chưa được quan tâm sử dụng, đó là: Tự nhận thức bản thân VĐV Cờ vua; Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ; Quan sát đối thủ và nhóm biện pháp nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu (gồm có biện pháp trang bị kiến thức về đặc điểm tác động lẫn nhau của các đối thủ trong diễn biến ván đấu, trang bị các thủ pháp tác động đến tâm lý đối thủ trong ván đấu). Đây là những biện pháp thường được các nhà vô địch thể giới nghiên cứu và sử dụng.

Bảng 2 cho thấy, các biện pháp chuẩn bị tâm lý cho nữ VĐV cũng được hầu hết các HLV sử dụng ở mức độ nhiều đến rất nhiều tương tự như ở nam VĐV và các biện pháp ít sử dụng đó là: Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ; Quan sát đối thủ và nhóm biện pháp nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu cũng không được nhiều các HLV sử dụng. Ngoài ra các HLV cũng ít sử dụng biện pháp rèn luyện nề nếp, kỷ luật trong sinh hoạt cho nữ VĐV, vì hầu như các HLV cho rằng các nữ VĐV có thói quen và nề nếp sinh hoạt tốt, chế độ sinh hoạt đảm bảo khoa học.

3. Thực trạng những biện pháp tự chuẩn bị tâm lý của VĐV Cờ vua đẳng cấp cao thường sử dụng cho bản thân trong những trò ngại về tâm lý

Để tiếp tục tìm hiểu xem bên cạnh những giải pháp mà HLV đưa ra thì các VĐV đã có những giải pháp như thế nào để khắc phục những trở ngại đó cho bản thân mình. Chúng tôi tiếp tục phỏng vấn 189 VĐV Cờ vua đẳng cấp cao (nam: 112; nữ: 77), kết quả thu được trình bày tại bảng 3 và 4.

Từ kết quả thu được ở bảng 3 và bảng 4 chúng tôi nhận thấy, các VĐV cũng đã có những biện pháp giải tỏa những áp lực tâm lý cho riêng mình. Tuy nhiên các biện pháp mà các VĐV sử dụng chủ yếu là các biện pháp kích lệ bản thân, tạo ra động lực tích cực cho bản thân trong tập luyện và thi đấu hoặc nghe nhạc thư giãn, vui

chơi, giải trí cùng bạn bè, người thân. Các VĐV chưa biết vận dụng nhiều phương pháp khác nhau vào việc giải tỏa áp lực tâm lý cho mình. Đặc biệt là biện pháp hướng đến chơi các môn thể thao khác được rất nhiều các nhà khoa học quan tâm như một liệu pháp giảm stress, sử dụng hoạt động cơ bắp để giảm ức chế thần kinh lại không được các nữ VĐV Cờ vua quan tâm.

KẾT LUẬN

Công tác huấn luyện và chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ Vua đẳng cấp cao Việt Nam chưa được quan tâm đúng mức biểu hiện ở thời lượng huấn luyện tâm lý còn ít, các biện pháp chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao thiếu tính toàn diện, đặc biệt là những biện pháp phân tích kết quả thi đấu của đối thủ, quan sát đối thủ, trang bị kiến thức về sự tác động qua lại giữa những đối thủ và trang bị những biện pháp tác động đến tâm lý đối thủ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đàm Quốc Chính và các cộng sự (1996), *Cờ vua: Khoa học - Kinh nghiệm - Trình độ*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Đặng Văn Dũng (2019), *Chuẩn bị tâm lý vận động viên Cờ vua*, Nxb Đại học Quốc gia, Tp Hồ Chí Minh.
3. Nguyễn Hồng Dương (2015), *Giáo trình Cờ vua*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Panus Vichto Griđorevich (2001), “Cờ vua như một phương tiện phát triển tâm lý vận động cho trẻ em liệt não”, *Luận án tiến sỹ KHGD*, Học viện TDTT Quốc gia Nga - Mátxcova.

(Bài nộp ngày 16/11/2020, phản biện ngày 23/11/2020, duyệt in ngày 4/12/2020)

Chịu trách nhiệm chính: Bùi Ngọc

Email: ngocovua@gmail.com)