

# LỰA CHỌN BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CHUẨN BỊ TÂM LÝ CHO VẬN ĐỘNG VIÊN CỜ VUA ĐẲNG CẤP CAO VIỆT NAM

Trần Văn Trường<sup>(1)</sup>; Bùi Ngọc<sup>(2)</sup>  
Đàm Công Tùng<sup>(3)</sup>; Nguyễn Quang San<sup>(4)</sup>

## Tóm tắt:

Bằng phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy chúng tôi tiến hành lựa chọn, xây dựng và kiểm chứng lý thuyết 05 nhóm biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ Vua đẳng cấp cao Việt Nam, gồm: Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV (8 biện pháp); Nghiên cứu đối thủ của VĐV (4 biện pháp); Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu (2 biện pháp); Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV (5 biện pháp); Các biện pháp khác (gồm 3 biện pháp), góp nâng cao chất lượng đào tạo, huấn luyện VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam.

**Từ khóa:** Biện pháp, cờ vua, chuẩn bị tâm lý, VĐV đẳng cấp cao.

## Choosing measures to improve the effectiveness of psychological preparation for Vietnamese high-level chess athletes

**Summary:** Through regular scientific research methods, we have selected, developed and verified the theory of 05 groups of measures in order to improve the effectiveness of psychological preparation for Vietnamese high-level chess players. The groups include: Psychological development for athletes (8 measures); athletes' opponent research (4 measures); Research the interaction of athletes in the game (2 measures); Psychological preparation before and in the tournament for athletes (5 measures); Other measures (including 3 measures). It has contributed to improving the quality of training Vietnamese high-level chess athletes.

**Keywords:** Measures, chess, psychological preparation, high-level athletes.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong quá trình huấn luyện Cờ vua hiện đại, khi các VĐV Cờ vua chuyên nghiệp nhanh chóng cân bằng về trình độ chuyên môn thì các trận đấu ngày càng được diễn ra gay gắt hơn ở một cấp độ khác - đó chính là cấp độ chuẩn bị tâm lý.

Khi xem xét vấn đề chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua cần phải xác định cụ thể các biện pháp nâng cao năng lực tâm lý, các biện pháp nghiên cứu nhằm hiểu rõ đối phương, tự nhận thức và nhận thức đối phương, áp dụng và phát triển các thủ pháp phản xạ.

Vấn đề khoa học đặt ra đã được một số nhà chuyên môn trên thế giới quan tâm nghiên cứu, song ở Việt Nam chưa có công trình nghiên cứu nào về việc chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao. Vì vậy, việc lựa chọn nghiên cứu các biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam là vấn đề có ý nghĩa thực tiễn và có giá trị khoa học, góp phần nâng cao chất lượng công tác huấn luyện tâm lý nói riêng và hiệu quả đào tạo VĐV Cờ vua nói chung.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng phương pháp: 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. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam

Kết quả nghiên cứu của nhiều công trình khoa học đã cho thấy, trong qui trình huấn luyện, sự chuẩn bị tâm lý cho VĐV nam và VĐV nữ có sự khác biệt và ở mỗi giai đoạn huấn luyện hay các thời kỳ trong giai đoạn lại khác nhau do các yếu tố và mức độ tác động của môi trường tập luyện, thi đấu tác động lên các VĐV làm xuất hiện những trở ngại tâm lý khác nhau. Do đó để lựa chọn được các biện pháp đồng bộ, mang tính khả thi nhằm nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam đề tài dựa trên những căn cứ sau đây: Căn cứ vào đặc điểm tâm lý của VĐV Cờ vua trong tập luyện và thi đấu; Căn cứ vào đặc

<sup>(1)</sup>TS, <sup>(2)</sup>PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

<sup>(3)</sup>ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

<sup>(4)</sup>ThS, Trường Đại học Lâm Nghiệp

điểm tâm sinh lý, giới tính của VĐV; Căn cứ vào những kết luận đánh giá thực trạng công tác huấn luyện tâm lý của các trung tâm Cờ vua cũng như sự ảnh hưởng của tâm lý đối với kết quả thi đấu của VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam; Căn cứ vào kết quả phỏng vấn các chuyên gia, nhà khoa học TDDT, giảng viên chuyên môn.

Chúng tôi lựa chọn và tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia và HLV, giảng viên có kinh nghiệm trong công tác huấn luyện Cờ vua. Kết quả thu được như trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 và bảng 2 cho thấy: Trong các nhóm biện pháp pháp đưa ra thì biện pháp sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần không được các chuyên gia tán thành. Theo nghiên cứu thì trước đây đã có sử dụng biện pháp này giúp VĐV tỉnh táo hơn. Tuy nhiên những nghiên cứu sau này đã chỉ ra rằng chính những căng thẳng tâm lý của VĐV đã thúc đẩy và phát huy khả năng sáng tạo trong Cờ vua. Biện pháp sử dụng vật lý trị liệu như Massage cũng không được các chuyên gia tán thành nên đề tài loại bỏ.

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho Nam VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam (n = 30)**

Nhóm biện pháp	Biện pháp	Ý kiến lựa chọn					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		$m_i$	%	$m_i$	%	$m_i$	%
Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV	Rèn luyện khả năng tập trung	25	83.33	5	16.67	0	0.00
	Rèn luyện khả năng quan sát	24	80.00	4	13.33	2	6.67
	Rèn luyện trí nhớ	22	73.33	5	16.67	3	10.00
	Rèn luyện năng lực tư duy	26	86.67	4	13.33	0	0.00
	Rèn luyện ý chí tập luyện, thi đấu của VĐV	25	83.33	5	16.67	0	0.00
	Phương pháp rèn luyện định mức thời gian trong mỗi nước đi, ván đấu	28	93.33	2	6.67	0	0.00
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống Seintot	29	96.67	1	3.33	0	0.00
	Nâng cao chiến thuật thi đấu trong Cờ vua	27	90.00	3	10.00	0	0.00
Nghiên cứu đấu thủ của VĐV	Phân tích các ván đấu của đối thủ	28	93.33	2	6.67	0	0.00
	Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ	23	76.67	5	16.67	2	6.67
	Quan sát đối thủ	22	73.33	6	20.00	2	6.67
	Xác định sở trường và phong cách thi đấu của đối thủ	28	93.33	1	3.33	1	3.33
Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu	Trang bị kiến thức về đặc điểm tác động lẫn nhau của các đối thủ trong diễn biến ván đấu	26	86.67	2	6.67	2	6.67
	Trang bị các thủ pháp tác động đến tâm lý đối thủ trong ván đấu	25	83.33	4	13.33	1	3.33
Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV	Điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu	28	93.33	2	6.67	0	0.00
	Kích thích động cơ tham gia thi đấu tích cực	27	90.00	3	10.00	0	0.00
	Bồi dưỡng niềm tin cho VĐV	26	86.67	4	13.33	0	0.00
	Khích lệ, động viên trước những thành công của VĐV	25	83.33	5	16.67	0	0.00
	Sử dụng ngôn ngữ để trao đổi, nói chuyện nhằm giải tỏa tâm lý cho VĐV	24	80.00	5	16.67	1	3.33
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	2	6.67	1	3.33	27	90.00
	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như Massage	7	23.33	8	26.67	15	50.00
Nhóm biện pháp khác	Chơi các môn thể thao khác	15	50.00	14	46.67	1	3.33
	Giải trí, thư giãn	18	60.00	6	20.00	6	20.00
	Rèn luyện nề nếp, kỷ luật trong sinh hoạt	15	50.00	14	46.67	1	3.33

**Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho Nữ VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam (n = 30)**

Nhóm biện pháp	Biện pháp	Ý kiến lựa chọn					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV	Rèn luyện khả năng tập trung	23	76.67	3	10.00	4	13.33
	Rèn luyện khả năng quan sát	25	83.33	2	6.67	3	10.00
	Rèn luyện trí nhớ	25	83.33	3	10.00	2	6.67
	Rèn luyện năng lực tư duy	27	90.00	2	6.67	1	3.33
	Rèn luyện ý chí tập luyện, thi đấu của VĐV	25	83.33	2	6.67	3	10.00
	Phương pháp rèn luyện định mức thời gian trong mỗi nước đi, ván đấu	25	83.33	3	10.00	2	6.67
	Rèn luyện tâm lý trong tình huống Seinot	23	76.67	3	10.00	4	13.33
	Nâng cao chiến thuật thi đấu trong Cờ vua	24	80.00	1	3.33	5	16.67
Nghiên cứu đấu thủ của VĐV	Phân tích các ván đấu của đối thủ	26	86.67	2	6.67	2	6.67
	Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ	23	76.67	4	13.33	3	10.00
	Quan sát đối thủ	23	76.67	4	13.33	3	10.00
	Xác định sở trường và phong cách thi đấu của đối thủ	25	83.33	3	10.00	2	6.67
Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu	Trang bị kiến thức về đặc điểm tác động lẫn nhau của các đối thủ trong diễn biến ván đấu	24	80.00	2	6.67	4	13.33
	Trang bị các thủ pháp tác động đến tâm lý đối thủ trong ván đấu	26	86.67	2	6.67	2	6.67
Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV	Điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu	25	83.33	3	10.00	2	6.67
	Kích thích động cơ tham gia thi đấu tích cực	22	73.33	3	10.00	5	16.67
	Bồi dưỡng niềm tin cho VĐV	26	86.67	3	10.00	1	3.33
	Khích lệ, động viên trước những thành công của VĐV	25	83.33	4	13.33	1	3.33
	Sử dụng ngôn ngữ để trao đổi, nói chuyện nhằm giải tỏa tâm lý cho VĐV	28	93.33	2	6.67	0	0.00
	Sử dụng các thảo dược như nhân sâm, thuốc an thần ...	0	0.00	2	6.67	28	93.33
	Sử dụng các biện pháp vật lý trị liệu như Massage	12	40.00	5	16.67	13	43.33
Nhóm biện pháp khác	Chơi các môn thể thao khác	18	60.00	12	40.00	0	0.00
	Giải trí, thư giãn	19	63.33	11	36.67	0	0.00
	Rèn luyện nề nếp, kỷ luật trong sinh hoạt	17	56.67	12	40.00	1	3.33

**2. Xây dựng biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý của VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam**

Trên cơ sở lý luận và thực tiễn về xây dựng biện pháp và hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV, đề tài tiến hành xây dựng nội dung các nhóm biện pháp.

**Nhóm biện pháp 1: Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV**

**Mục đích:** Những phẩm chất tâm lý của VĐV Cờ vua bao gồm khả năng tập trung, khả năng quan sát, trí nhớ, năng lực tư duy, ý chí... đều là những năng lực tâm lý cơ bản của VĐV được phát huy ở mức cao. Nếu được huấn luyện tâm

lý thường xuyên thì sẽ nâng cao được những phẩm chất tâm lý ấy. Đây chính là cơ sở cho việc chuẩn bị tâm lý trước giải đấu cho VĐV.

**Nội dung và cách thức thực hiện:**

- Sử dụng các bài tập rèn luyện kỹ năng quan sát, trí nhớ, năng lực tư duy của VĐV. Trong quá trình thực hiện thường xuyên có các nhiễu tác động gây cản trở, khó khăn cho VĐV. Điều này tạo cho VĐV rèn luyện khả năng tập trung chú ý, cũng như thích ứng với các nhiễu tác động trong thi đấu thực tiễn.

- Đặt ra mục tiêu phấn đấu cụ thể trong từng giai đoạn huấn luyện cho VĐV nhằm tạo động

lực, ý chí, nhắc nhở VĐV hoàn thành được nhiệm vụ tập luyện của mình. Vì vậy yêu cầu mục tiêu đặt ra không nên quá khó hay quá dễ. Nếu quá khó sẽ tạo áp lực lớn cho VĐV, dễ dẫn tới căng thẳng và mệt mỏi, chán nản khi không hoàn thành được mục tiêu đề ra; Nếu quá dễ thì mục tiêu đó sẽ không trở thành động lực thúc đẩy VĐV tập luyện.

- Xây dựng nội quy, quy chế cũng như thời gian biểu cho VĐV trong tập luyện và sinh hoạt hàng ngày. Điều này sẽ giúp VĐV rèn luyện được ý thức tổ chức kỷ luật, trách nhiệm, tính cẩn thận trong công việc và hình thành thích ứng.

- Sử dụng các bài tập có định mức thời gian cho mỗi nước đi hay các tình huống Seinot. Đó là những tình huống căng thẳng tâm lý nhất đối với VĐV Cờ vua khi mà vừa phải chịu sự tác động từ những tình huống trong ván đấu vừa phải chịu áp lực từ thời gian đem lại. Qua đó VĐV hình thành năng lực thích ứng được những áp lực tâm lý lớn mà trong thực tiễn thi đấu đem lại.

- Giúp VĐV nhận thức rõ được năng lực của bản thân mình, hiểu mình mạnh ở điểm nào, yếu ở điểm nào. Qua đó VĐV có những biện pháp khắc phục những nhược điểm cũng như phát huy tốt hơn nữa sức mạnh của bản thân. Khi vào thực tiễn thi đấu nó sẽ giúp VĐV tự tin hơn, tránh tự ti cũng như tự kiêu trong thi đấu.

### **Nhóm biện pháp 2: Nghiên cứu đấu thủ của VĐV**

**Mục đích:** Giúp cho VĐV hiểu rõ được trình độ, năng lực thực sự của đối thủ cũng như xác định được phong cách thi đấu, ưu điểm, nhược điểm của đối thủ. Trên cơ sở đó các HLV, VĐV tìm ra được các chiến thuật thi đấu phù hợp.

#### **Nội dung và cách thức thực hiện:**

- Phân tích các ván đấu của đối thủ: lựa chọn và phân tích các giải đấu, ván đấu của những đối thủ có sự tranh giành thành tích trực tiếp với mình. Số lượng ván đấu nghiên cứu một đối thủ ít nhất khoảng 15 đến 20 ván đấu.

- Phân tích kết quả thi đấu của đối thủ: Khi phân tích cách cá nhân của VĐV Cờ vua thì thông tin nhiều nhất có được là phân tích chuyên biệt những kết quả đã đạt được của họ trong các giải đấu. Trước tiên chúng ta sử dụng kết quả so sánh được chỉ ra trong các giai đoạn thi đấu, sau đó nghiên cứu phản ứng trong những thất bại,

cũng như đặc điểm lối chơi của các đấu thủ có sức mạnh khác nhau (so với “nhóm đứng đầu”, “nhóm trung bình” và nhóm “tốp cuối”).

Phương pháp tích kết quả có lợi ích không chỉ khi nghiên cứu người khác, mà còn có triển vọng để hiểu biết sự thay đổi kết quả lối chơi của chính bản thân mình. Hơn nữa, những dữ liệu nhận được trong quá trình phân tích giúp cho VĐV Cờ vua tự nhận thức về bản thân.

- Quan sát đối thủ: Khi quan sát đấu thủ cần lưu ý đến các nội dung: tiếng gõ khi di chuyển quân cờ và bấm đồng hồ, không ngừng đề nghị hòa, cố ý ghi vào biên bản nước đi yếu, trong khi đó lại suy nghĩ về nước đi khác v.v... Phương pháp quan sát khoa học luôn cần thiết để đánh giá khách quan về đối phương. Qua những dữ liệu thu được có thể hiểu rõ hơn về mức độ sẵn sàng của VĐV Cờ vua, trạng thái cảm xúc của đấu thủ, thậm chí dự đoán cả ý đồ của đấu thủ.

- Xác định sở trường và phong cách thi đấu của đối thủ: Cần xác định rõ đối thủ sử dụng các khai cuộc sở trường nào, thiên về chiến lược hay chiến thuật, chơi tốt ở giai đoạn nào của ván cờ, thích sử dụng Mã hay Tượng trong ván đấu v.v...

### **Nhóm biện pháp 3: Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu**

**Mục đích:** Giúp cho VĐV hiểu rõ được những diễn biến tâm lý, những nhiễu tác động từ bên ngoài cũng như từ trực tiếp đối thủ của mình mang lại. Từ đó VĐV có thể đưa ra những giải pháp khắc phục và tránh được các sóc tâm lý trong thi đấu.

#### **Nội dung và cách thức thực hiện:**

- 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: Trang bị cho VĐV những kỹ năng, kỹ xảo, tiểu xảo thường gặp trong thi đấu và các giải pháp khắc phục các tiểu xảo đó.

### **Nhóm biện pháp 4: Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV**

**Mục đích:** Do đặc trưng trình độ, cá tính, thái độ, tình cảm, động cơ ...không giống nhau dẫn đến tâm lý VĐV trước giải đấu, ván đấu không giống nhau. Vì thế HLV phải đánh giá chính xác tâm lý VĐV, nắm rõ năng lực tâm lý, ưu thế, hạn chế của VĐV, từ đó HLV có các giải pháp phù hợp tác động đến tâm lý VĐV.

**Bảng 3. Kết quả khảo sát tính khả thi và thực tiễn của các biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam (n=30)**

TT	Các nhóm biện pháp	Số người lựa chọn			Tổng điểm	Tỉ lệ %
		Rất khả thi (2 điểm)	Khả thi (1 điểm)	Không khả thi (0 điểm)		
		$m_i$	$m_i$	$m_i$		
1	Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV	29	1	0	59	98.33
2	Nghiên cứu đấu thủ của VĐV	27	3	0	57	95.00
3	Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu	26	4	0	56	93.33
4	Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV	28	2	0	58	96.66
5	Nhóm biện pháp khác	25	5	0	55	91.66

**Nội dung và cách thức thực hiện:**

- Điều chỉnh trạng thái tâm lý trước thi đấu:  
Cần xác định xem tâm lý VĐV đang ở trạng thái nào trước khi thi đấu. Sốt xuất phát, thờ ờ hay sẵn sàng thi đấu.

- Kích thích động cơ tham gia thi đấu tích cực.
- Bồi dưỡng niềm tin cho VĐV.
- Khích lệ, động viên trước những thành công của VĐV.
- Sử dụng ngôn ngữ để trao đổi, nói chuyện nhằm giải tỏa tâm lý cho VĐV.

**Nhóm các biện pháp khác:**

**Mục đích:** Giải tỏa stress, giúp VĐV hồi phục nhanh dựa trên cơ sở của lý thuyết hồi phục tích cực.

**Nội dung và cách thức thực hiện:**

- Chơi các môn thể thao khác: Sau mỗi buổi tập, ván đấu, HLV tổ chức cho VĐV chơi các môn thể thao nhẹ nhàng, vui vẻ như đá cầu.

- Giải trí, thư giãn bằng các biện pháp như tham quan, dạo chơi... tại các địa điểm tách rời môi trường thi đấu.

- Rèn luyện nề nếp, chế độ sinh hoạt khoa học.

Lưu ý: Các biện pháp này cần phải được thực hiện thường xuyên, liên tục trong suốt quá trình huấn luyện.

**3. Kiểm chứng lý thuyết các biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam**

Chúng tôi xác định tính khả thi thông qua phỏng vấn 30 chuyên gia và HLV Cờ vua. Các biện pháp được khảo sát với thang điểm ở 3 mức độ: Rất khả thi = 2 điểm; Khả thi = 1 điểm; Không khả thi = 0 điểm. Nguyên tắc lựa chọn: Các biện pháp phải đạt được 80% ý kiến đồng ý trở lên. Kết quả phỏng vấn trình bày tại bảng 3.

Kết quả khảo sát cho thấy 5/5 nhóm biện pháp được các chuyên gia, HLV cờ vua đánh giá rất khả thi và khả thi chiếm tỷ lệ từ 91.66% trở lên. Như vậy 05 nhóm biện pháp mà chúng tôi đề xuất đều có đủ tính khả thi và thực tiễn.

**KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn và xây dựng được 5 nhóm biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam, bao gồm: Nâng cao năng lực tâm lý cho VĐV (8 biện pháp); Nghiên cứu đấu thủ của VĐV (4 biện pháp); Nghiên cứu sự tác động qua lại của các VĐV trong ván đấu (2 biện pháp); Chuẩn bị tâm lý trước và trong giải đấu cho VĐV (5 biện pháp); Các biện pháp khác (gồm 3 biện pháp).

Các nhóm biện pháp đã được kiểm chứng lý thuyết về tính khả thi để áp dụng vào thực tiễn trong huấn luyện chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Hồng Dương (2015), *Giáo trình Cờ vua*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Đlôtnhic (1996), *Cờ vua: Khoa học - Kinh nghiệm - Trình độ*, Nxb TĐTT, Hà Nội, Dịch: Đàm Quốc Chính.
3. Ia.B. Extrin (1995), *Lý thuyết thực hành Cờ vua*, (Dịch: Phùng Duy Quang), Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Krogius N.V (1981), *Chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua*, (Dịch: Đặng Văn Dũng), Nxb TĐTT, Matxcova.
5. Panus Vichto Griôrevich (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 TĐTT Quốc gia Nga - Matxcova*.

**LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO****4. Trương Quốc Uyên**

Ý nghĩa lịch sử của phong trào “khỏe vì nước” do chủ tịch Hồ Chí Minh đích thân phát động

**7. Phạm Thanh Cẩm**

Tiếp tục đẩy mạnh công tác TDTT theo tinh thần Nghị quyết Đại hội XII của Đảng

**10. Phạm Ngọc Viễn**

Bóng đá Việt Nam – cơ hội và thách thức chinh phục những tầm cao mới – FIFA World cup 2026

**BÀI BÁO KHOA HỌC****14. Nguyễn Văn Phúc**

Thực trạng nhận định của người dân về các yếu tố ảnh hưởng đến phát triển dịch vụ TDTT quần chúng tại Việt Nam

**20. Vũ Chung Thủy, Phạm Đức Viễn**

Hiệu quả tác động của các chính sách, giải pháp tới các yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực của người dân tộc thiểu số tỉnh Sơn La

**29. Đặng Thị Lợi**

Thực trạng phổ cập bơi cho học sinh 9-11 tuổi tại thành phố Hà Nội theo đánh giá của giáo viên dạy bơi

**34. Phan Ngọc Thiết Kế, Nguyễn Việt Tuấn**

Thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến giáo dục kỹ năng vận động viên của trẻ tự kỷ tại thành phố Đà Nẵng

**41. Đỗ Ngọc Cương**

Thực trạng hứng thú của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thái Nguyên với hoạt động giáo dục thể chất và thể thao

**46. Ngô Hải Hưng, Vũ Thế Phong**

Thực trạng công tác huấn luyện khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT

**51. Nguyễn Trác Linh**

Thực trạng những lỗi sai thường mắc trong thực hiện kỹ thuật Tunggal của nữ vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 16-17 Đội tuyển Công an Nhân dân

**55. Bùi Thị Sáng**

Xác định test đánh giá trình độ sức bền tốc độ của nữ VĐV Đua thuyền Kayak lứa tuổi 15-17 câu lạc bộ Đua thuyền Hà Nội

**61. Đặng Thị Bình Hương**

Ảnh hưởng của bài tập đi bộ đối với bệnh nhân đái tháo đường type 2

**65. Đinh Quang Ngọc, Nguyễn Ngọc Tuấn**

Thực trạng đặc điểm tâm lý VĐV cung 3 dây Đội tuyển Bắn cung Việt Nam

**68. Trần Văn Trường, Bùi Ngọc, Đàm Công Tùng, Nguyễn Quang San**

Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam

**TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT****73. Đặng Văn Dũng**

Ứng dụng công nghệ giáo dục từ xa trong đào tạo cán bộ Thể dục thể thao

**78. Phạm Tuấn Dũng, Phạm Việt Hà**

Bài tập giúp cải thiện tư thế lưng

**80. Thẻ lệ viết và gửi bài.**

## **THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

### **4. Truong Quoc Uyen**

The historical meaning of “Strong for country” movement launched by President Ho Chi Minh

### **7. Pham Thanh Cam**

Continue promoting physical training and sports according to spirit of the Resolution of the XII Congress of the Party

### **10. Pham Ngoc Vien**

Vietnamese football - opportunities and challenges in order to constitute higher achievements – FIFA World cup 2026

## **ARTICLES**

### **14. Nguyen Van Phuc**

Current status of people's comments on factors affecting the development of public sport services in Vietnam

### **20. Vu Chung Thuy, Pham Duc Vien**

Efficiency of policies and solutions on factors affecting physical development of ethnic minority people in Son La province

### **29. Dau Thi Loi**

Evaluate the current situation of swimming popularization for students aged 9-11 in Hanoi city according to the assessment of swimming teachers

### **34. Phan Ngoc Thiet Ke, Nguyen Viet Tuan**

Situation and factors affecting motor skills education for autistic children in Danang City

### **41. Do Ngoc Cuong**

Current situation of student’s interest in physical education and sports activities at Thai Nguyen University of Education

### **46. Ngo Hai Hung, Vu The Phong**

Situation of training activities of coordination ability for male tennis athletes aged 13-14 in Hanoi Sports Training and Competition Center

### **51. Nguyen Trac Linh**

Situation of regular mistakes in performing Tunggal technique of Pencak Silat female athlete aged 16-17 in People's Public Security Team

### **55. Bui Thi Sang**

Determine the test to assess the level of speed endurance for female Kayak rowers aged 15-17 in Hanoi Boat Racing Club

### **61. Dau Thi Binh Huong**

The effect of walking exercise on type-2 diabetic patients

### **65. Dinh Quang Ngoc, Nguyen Ngoc Tuan**

Situation and psychological characteristics of 3-string archery team of Vietnam

### **68. Tran Van Truong, Bui Ngoc, Dam Cong Tung, Nguyen Quang San**

Choosing measures to improve the effectiveness of psychological preparation for Vietnamese high-level chess athletes

## **NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

### **73. Dang Van Dung**

Application of tele-education technology in training officials in the field of physical training and sports

### **78. Pham Tuan Dung, Pham Viet Ha**

Exercises for improving the back position

### **80. Rules of writing and posting.**