

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN SÚNG NGẮN VÀ SÚNG TRƯỜNG ĐỘI TUYỂN BẮN SÚNG QUỐC GIA VIỆT NAM

Đinh Quang Ngọc⁽¹⁾

Tóm tắt:

Trên cơ sở kết quả đánh giá thực trạng trạng thái tâm lý của VĐV Bắn súng Quốc gia, tác giả đã tiến hành so sánh đặc điểm tâm lý của nam, nữ VĐV súng ngắn với súng trường Đội tuyển Bắn súng Quốc gia Việt Nam. Kết quả cho thấy, có sự khác biệt nhất định về đặc điểm tâm lý giữa VĐV Súng ngắn và VĐV Súng trường ở cả đối tượng nam và nữ. Kết quả này là một trong những căn cứ khoa học cần thiết để nhóm tác giả nghiên cứu các phương pháp điều chỉnh tâm lý phù hợp và hiệu quả cho từng nội dung cụ thể trong quá trình huấn luyện VĐV Bắn súng Việt Nam.

Từ khóa: Đặc điểm tâm lý, VĐV súng ngắn, VĐV súng trường Việt Nam.

Psychological characteristics of Vietnam National Team pistol and rifle athletes

Summary:

The topic is based on the results of assessing the current psychological state of national shooting athletes, comparing the psychological characteristics of male and female pistol athletes with the rifle athletes of the Vietnamese team. The results show that there are certain differences in psychological characteristics between pistol athletes and rifle athletes in both male and female subjects. This result is one of the necessary scientific bases for the group of authors to study appropriate and effective psychological adjustment methods for each specific content in the training process of Vietnamese shooting athletes.

Keywords: psychological characteristics, pistol athletes, Vietnamese rifle athletes.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bắn súng là một trong những môn thể thao đòi hỏi VĐV phải có khả năng tập trung chú ý cao, cảm xúc ổn định và luôn giữ được sự bình tĩnh trong quá trình thi đấu. Bắn súng là môn thể thao mũi nhọn của Việt Nam, việc nghiên cứu xác định đặc điểm trạng thái tâm lý của VĐV để có những biện pháp điều chỉnh phù hợp trong tập luyện và thi đấu, góp phần nâng cao và duy trì ổn định thành tích thi đấu của VĐV là một trong những mục tiêu quan trọng và cần thiết.

Trên cơ sở tổng hợp kết quả kiểm tra, đánh giá thực trạng trạng thái tâm lý của VĐV Đội tuyển Bắn súng Quốc gia, nhóm nghiên cứu tiến hành phân tích và so sánh trạng thái tâm lý của hai nhóm VĐV nội dung súng ngắn và súng trường, từ đó xác định đặc điểm trạng thái tâm lý của từng nhóm. Đây sẽ là những căn cứ quan trọng để đưa ra những định hướng điều chỉnh tâm lý

phù hợp, rèn luyện và nâng cao hiệu quả tập luyện và thi đấu cho VĐV Đội tuyển Bắn súng Quốc gia.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng một số phương pháp: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp trắc nghiệm tâm lý và phương pháp toán học thông kê.

Trắc nghiệm được tiến hành trước và trong Giải Tay súng xuất sắc toàn quốc năm 2019 (Từ ngày 20 đến ngày 28 tháng 7 năm 2019).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Để phân tích đặc điểm tâm lý của VĐV Súng ngắn và Súng trường Đội tuyển Bắn súng Quốc gia, chúng tôi đã tiến hành so sánh kết quả kiểm tra trạng thái tâm lý của VĐV Bắn súng nam và nữ nội dung Súng ngắn và Súng trường theo 13 chỉ tiêu, test đánh giá đã được đề tài lựa chọn. Kết quả so sánh được trình bày ở bảng 1 và 2.

⁽¹⁾PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: ngocbro@gmail.com

Bảng 1. So sánh đặc điểm trạng thái tâm lý của nam VĐV Súng ngắn với nam VĐV Súng trường Đội tuyển Quốc gia Việt Nam

TT	Yếu tố tâm lý		VĐV Súng ngắn (n=7)		VĐV Súng trường (n=3)		So sánh		
			$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	% khác biệt	t	P
1	Trạng thái sức khỏe (điểm)		4.84	1.18	5.73	0.06	18.39	1.26	>0.05
2	Tính tích cực (điểm)		4.59	1.05	5.8	0.52	26.48	1.86	>0.05
3	Tâm trạng (điểm)		4.61	0.85	6.3	0.17	36.53	3.3	≤ 0.05
4	Trạng thái lo lắng	Lo lắng thất bại cá nhân bại cá nhân (điểm)	26.57	3.21	34.33	8.14	29.21	2.28	≤ 0.05
		Tự tin (điểm)	29.29	5.02	37.67	1.53	28.62	2.75	≤ 0.05
		Lo lắng mong đợi (điểm)	22.43	5.62	31.33	3.51	39.7	2.49	≤ 0.05
		Lo lắng cơ thể (điểm)	24	3.37	25.33	6.66	5.56	0.44	>0.05
		Lo Lắng trong thi đấu (điểm)	19.86	2.34	19.33	3.51	2.64	0.28	>0.05
5	Đánh giá độ tin cậy tâm lý	Khả năng ổn định cảm xúc thi đấu (điểm)	-0.79	0.31	-0.78	0.19	1.01	0.04	>0.05
		Khả năng điều chỉnh cảm xúc (điểm)	-0.26	0.33	-0.11	0.38	57.58	0.63	>0.05
		Khả năng chống nhiễu (điểm)	-0.67	0.43	-0.22	0.51	66.67	1.43	>0.05
		Động cơ và nghị lực (điểm)	0.26	0.38	0.06	0.1	78.79	0.89	>0.05
		Tính chất của phản ứng cảm xúc	Suy nhược	1 VĐV (14.29%)		1 VĐV (33.33%)			
			Trung tính	2 VĐV (28.57%)		0 VĐV (0.00%)			
			Hưng phấn	4 VĐV (57.14%)		2 VĐV (66.67%)			

Kết quả so sánh ở bảng 1 cho thấy, các chỉ số Tình trạng sức khỏe, Tính tích cực và Tâm trạng của nam VĐV Súng trường tốt hơn so với nam VĐV Súng ngắn, trong đó chỉ số Tâm trạng cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$. Kết quả phân tích theo thang đánh giá của V.A. Doskin (1973) thì cả 3 chỉ số của nhóm VĐV Súng ngắn ở mức trung bình, trong khi nhóm VĐV Súng trường đều đạt ở mức tốt. Tuy nhiên, mức độ lo lắng trước thi đấu của nam VĐV Súng trường cao lại hơn so với VĐV súng ngắn và sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$. Kết quả so sánh về mức độ lo lắng trong thi đấu tuy không có sự chênh lệch nhiều, nhưng lại cho kết quả ngược lại, mức độ

lo lắng trong thi đấu của nam VĐV Súng trường thấp hơn và trạng thái Tự tin cao hơn.

Kết quả đánh giá độ tin cậy tâm lý cho thấy, ở tất cả các chỉ số đánh giá về khả năng (ổn định, điều chỉnh cảm xúc và chống nhiễu) ở cả nam VĐV Súng ngắn và nam VĐV Súng trường đều cho giá trị âm, cho thấy độ tin cậy tâm lý có xu hướng giảm. Kết quả so sánh cho thấy, mức độ suy giảm độ ổn định tâm lý của nam VĐV Súng trường ít hơn so với nam VĐV Súng ngắn. Ngoài ra kết quả đánh giá tính chất của phản ứng cảm xúc, cả hai nhóm đều có đa số VĐV thể hiện ở mức độ hưng phấn (gia tăng) chiếm 57.14% VĐV Súng ngắn và 66.67% VĐV Súng trường.

Bảng 2. So sánh đặc điểm trạng thái tâm lý của nữ VĐV Súng ngắn với nữ VĐV Súng trường Đội tuyển Quốc gia Việt Nam

TT	Yếu tố tâm lý		VĐV súng ngắn (n=6)		VĐV Súng trường (n=3)		So sánh		
			$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	% khác biệt	t	P
1	Trạng thái sức khỏe (điểm)		5.43	± 1.23	5.2	± 0.89	4.29	0.29	>0.05
2	Tính tích cực (điểm)		5.32	± 1.33	3.27	± 0.4	38.56	2.54	≤ 0.05
3	Tâm trạng (điểm)		5.27	± 1.49	5.4	± 1.15	2.53	0.13	>0.05
4	Trạng thái lo lắng	Lo lắng thất bại cá nhân bại cá nhân (điểm)	29.67	± 6.92	28.67	± 11.5	3.37	0.17	>0.05
		Tự tin (điểm)	26.17	± 10.87	28.67	± 8.33	9.55	0.35	>0.05
		Lo lắng mong đợi (điểm)	22.5	± 4.32	22	± 11.79	2.22	0.1	>0.05
		Lo lắng cơ thể (điểm)	17.83	± 4.88	20.33	± 7.09	14.02	0.63	>0.05
		Lo Lắng trong thi đấu (điểm)	19.67	± 2.88	19.67	± 2.31	0	0	>0.05
5	Đánh giá độ tin cậy tâm lý	Khả năng ổn định cảm xúc thi đấu (điểm)	-1.17	± 0.45	-0.94	± 0.25	19.05	0.78	>0.05
		Khả năng điều chỉnh cảm xúc (điểm)	-0.33	± 0.11	-0.44	± 0.51	33.33	0.55	>0.05
		Khả năng chống nhiễu (điểm)	-0.72	± 0.71	-1	± 0.33	38.46	0.63	>0.05
		Động cơ và nghị lực (điểm)	0.33	± 0.41	0.22	± 0.38	33.33	0.39	>0.05
		Tính chất của phản ứng cảm xúc	Suy nhược		3 VĐV (50%)		0 VĐV (0.00%)		
			Trung tính		0 VĐV (0.00%)		1 VĐV (33.33%)		
			Hưng phấn		3 VĐV (50%)		2 VĐV (66.67%)		

Kết quả bảng 2 cho thấy, các chỉ số Trạng thái sức khỏe, Tính tích cực và Tâm trạng của nữ VĐV Súng ngắn đều đạt mức tốt (từ 5.27-5.43 điểm), trong đó chỉ số Trạng thái sức khỏe và Tính tích cực của nữ VĐV Súng ngắn tốt hơn nữ VĐV Súng trường (Riêng chỉ số Tính tích cực cho kết quả khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$). Tuy nhiên chỉ số Tâm trạng của nữ VĐV Súng trường ở mức tốt và cao hơn so với VĐV Súng ngắn (5.40 so với 5.27 điểm).

Kết quả đánh giá về Mức độ lo lắng trong thi đấu cho thấy cả 2 nhóm nữ VĐV Súng ngắn và Súng trường ngang nhau và đều ở mức thấp (< 21.31 điểm). Với Trạng thái lo lắng trước thi

đấu, nữ VĐV Súng ngắn có mức độ lo lắng thất bại cá nhân và lo lắng mong đợi cao hơn so với nữ VĐV Súng trường, Mức độ tự tin cũng thấp hơn, tuy nhiên lại có mức độ lo lắng về cơ thể thấp hơn (17/83% so với 20.33%).

Kết quả đánh giá Độ tin cậy tâm lý cho thấy, nữ VĐV Súng trường có khả năng điều chỉnh cảm xúc và khả năng chống nhiễu tốt hơn, nhưng lại kém hơn nữ VĐV Súng ngắn ở khả năng ổn định cảm xúc thi đấu và có động cơ nghị lực thấp hơn. Kết quả đánh giá về tính chất của phản ứng cảm xúc cho thấy, đa số VĐV thể hiện ở mức độ gia tăng (hưng phấn), tuy nhiên đối với nữ VĐV Súng ngắn tỉ lệ VĐV thể hiện ở mức suy nhược còn khá cao (50%).



Bắn súng là một trong những môn thể thao đòi hỏi VĐV phải có khả năng tập trung chú ý cao

KẾT LUẬN

Từ kết quả nghiên cứu, chúng tôi có một số kết luận sau:

1. Nam VĐV Súng trường có các chỉ số Tình trạng sức khỏe, Tính tích cực và Tâm trạng tốt hơn so với nam VĐV Súng ngắn; Nam VĐV Súng trường có mức độ lo lắng trước thi đấu cao hơn nam VĐV Súng ngắn, tuy nhiên mức độ lo lắng trong thi đấu lại thấp hơn và trạng thái tự tin cao hơn; Các chỉ số đánh giá về khả năng (ổn định, điều chỉnh cảm xúc và chống nhiễu) cả nam VĐV Súng ngắn và Súng trường đều cho giá trị âm, cho thấy độ tin cậy tâm lý có xu hướng giảm, tuy nhiên mức suy giảm của nam VĐV Súng trường ít hơn.

2. Nữ VĐV súng ngắn có Trạng thái sức khỏe, Tính tích cực và Tâm trạng của nữ VĐV Súng ngắn đều đạt mức tốt, trong đó chỉ số Trạng thái sức khỏe và tính tích cực của nữ VĐV Súng ngắn tốt hơn nữ VĐV súng trường. Tuy nhiên chỉ số Tâm trạng của nữ VĐV Súng trường ở mức tốt và cao hơn so với VĐV Súng ngắn; Mức độ lo lắng trong thi đấu của 2 nhóm nữ VĐV Súng ngắn và Súng trường tương đương nhau và đều ở mức thấp. Tuy nhiên trạng thái lo lắng trước thi đấu của nữ VĐV Súng ngắn cao hơn, mức độ tự tin thấp hơn so với nữ VĐV Súng trường; nữ VĐV Súng trường có khả năng điều chỉnh cảm xúc và chống nhiễu tốt

hơn, nhưng lại kém hơn về khả năng ổn định cảm xúc thi đấu và động cơ nghị lực.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ma jie (2016), “Phân tích các cuộc thi đấu môn Bắn súng tại Rio”, *Tạp chí Văn hoá, Thể thao, Bắc Kinh, Trung Quốc*.

马杰 (2016), 里约奥运会射击比赛分析, 体育文化导刊, 中国北京。

2. Fei Fei (2010), “Phân tích những yếu tố thường gặp ảnh hưởng tới tâm lý thi đấu của VĐV Bắn súng và phương pháp điều chỉnh”, *Tạp chí Khoa học và công nghệ Thể thao Liêu Ninh*.

虞飞 (2010, 射击运动员比赛中常见心理困扰及调节方法探析, 辽宁体育科技。

3. L, Zhang, Y. Kim, T. Morris, & S. Hanrahan (Eds.), *Bí mật của Tâm lý học thể thao Châu Á*.

L, Zhang, Y. Kim, T. Morris, & S. Hanrahan (Eds.), *Secrets of Asian Sport Psychology*. Retrived from.

4. Terry, P. & Cei, A. (2014), *Bắn súng ở Ấn Độ*, In P.C. Terry.

Terry, P. & Cei, A. (2014). *Shooting in India*. In P.C. Terry.

5. Phạm Ngọc Viễn, Lâm Quang Thành, Nguyễn Anh Minh và Phạm Thị Thanh Hương (2014), *Tâm lý VĐV thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 5/2/2025, phản biện ngày 19/2/2025, duyệt in ngày 28/2/2025)

1. Ban biên tập

Phấn đấu hoàn thành tốt mục tiêu, nhiệm vụ năm 2025

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Gia Linh

Sự kiện tiêu biểu năm 2024 của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

8. Trương Quốc Uyên

Đoàn vận động viên Thể thao thành tích cao Việt Nam tham dự Đại hội GANEFO Châu Á tổ chức ở Campuchia thực hiện tốt lời Bác dạy

10. Nguyễn Văn Phúc

Nhiệm vụ trọng tâm của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh năm 2025

12. Trần Trung; Nguyễn Thị Lan Anh

Định hướng hoạt động đào tạo và hợp tác quốc tế của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh 2025

15. Đặng Văn Dũng; Đinh Quang Ngọc

Định hướng hoạt động Khoa học và Công nghệ của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh năm 2025

19. Đặng Hoài An

Mục tiêu và định hướng công tác đào tạo vận động viên tại Trung tâm Đào tạo Vận động viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh năm 2025

21. Trần Đức Thọ

Một số kết quả hoạt động trong lĩnh vực thể dục thể thao người khuyết tật năm 2024

BÀI BÁO KHOA HỌC

25. Lưu Đình Tài; Lưu Quốc Hưng

Đề xuất giải pháp phát triển nguồn nhân lực hoạt động thể thao mạo hiểm tại vùng Trung du và miền núi Bắc Bộ

30. Nguyễn Văn Phúc; Lưu Thị Như Quỳnh

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới công tác Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Hùng Vương

36. Nguyễn Văn Hòa; Lê Văn Học

Thực trạng công tác dạy bơi trườn sấp cho trẻ em lứa tuổi 10-12 Câu lạc bộ bơi thành phố Vĩnh Yên, tỉnh Vĩnh Phúc

40. Đặng Danh Nam

Xây dựng chương trình ngoại khóa môn Võ cổ truyền Việt Nam cho sinh viên Học viện Y Dược học cổ truyền Việt Nam

44. Trịnh Ngọc Hoàng; Nguyễn Trung Kiên; Vũ Việt Bảo

Hiệu quả chương trình huấn luyện khả năng linh hoạt chuyên môn cho nam vận động viên Karate nội dung đối kháng tỉnh Bình Dương

49. Phùng Kim Giang

Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nữ vận động viên vật tự do lứa tuổi 16-17 Đội tuyển trẻ Quốc gia

52. Đinh Quang Ngọc

Đặc điểm tâm lý của vận động viên súng ngắn và súng trường đội tuyển Bắn súng Quốc gia Việt Nam

56. Trần Vũ Phương

Mối quan hệ giữa mức độ tập luyện và sức khỏe tim mạch ở người cao tuổi

60. Đào Chánh Thức; Chau Khon

Ảnh hưởng của chương trình tập luyện một năm đến các chỉ số sinh lý và hình thái của vận động viên đội tuyển Bóng chuyền nam Trường Đại học An Giang

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

64. Đỗ Hữu Trường

Công đoàn Trường Đại học TDTT Bắc Ninh phấn đấu hoàn thành mục tiêu Nghị quyết Đại hội đại biểu Công đoàn Khóa XXV, nhiệm kỳ 2023-2028

67. Đỗ Xuân Đặng

Trường Đại học TDTT Bắc Ninh tổ chức thành công Hội nghị Khoa học Quốc tế với chủ đề: “Phát triển kinh tế thể thao: Đổi mới sáng tạo đáp ứng yêu cầu phát triển bền vững”

68. Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Thị Phương Thảo

Bài tập giãn cơ các nhóm cơ lưng

70. Tổng hợp các bài báo đăng trên Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao năm 2024

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

1. Editorial board

Strive to successfully complete the goals and tasks of 2025

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Gia Linh

Typical events in 2024 of Bac Ninh Sports University

8. Truong Quoc Uyen

Vietnamese high - performance athletes attend GANEFO Asia Congress held in Cambodia offers good advice

10. Nguyen Van Phuc

Key tasks in developing Bac Ninh Sports University in 2025

12. Tran Trung; Nguyen Thi Lan Anh

Orientation of training activities and international cooperation of Bac Ninh Sports University in 2025

15. Dang Van Dung; Dinh Quang Ngoc

Orientation of Science and Technology activities of Bac Ninh Sports University in 2025

19. Dang Hoai An

Goals and orientations of athlete training at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University in 2025

21. Tran Duc Tho

Some results of activities in the field of sports for people with disabilities in 2024

ARTICLES

25. Luu Dinh Tai; Luu Quoc Hung

Proposing solutions to develop human resources for adventure sports activities in the Northern Midlands and Mountains

30. Nguyen Van Phuc; Luu Thi Nhu Quynh

Current status of factors affecting physical education of students at Hung Vuong University

36. Nguyen Van Hoa; Le Van Hoc

Current status of teaching front crawl swimming to children aged 10-12 at Vinh Yen city swimming club, Vinh Phuc province

40. Dang Danh Nam

Building an extracurricular program of Vietnamese traditional martial arts for students of the Vietnam Academy of Traditional Medicine

44. Trinh Ngoc Hoang; Nguyen Trung Kien; Vu Viet Bao

Effectiveness of professional flexibility training program for male Karate athlete in combat content of Binh Duong province

49. Phung Kim Giang

Select test to assess the physical fitness level of female freestyle wrestlers aged 16-17 of the National Youth Team

52. Dinh Quang Ngoc

Psychological characteristics of Vietnam National Team pistol and rifle athletes

56. Tran Vu Phuong

The relationship between exercise level and cardiovascular health in older adults

60. Dao Chanh Thuc; Chau Khon

The effect of a one-year training program on physiological and morphological indicators of athletes of the men 's volleyball team of An Giang University

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

64. Do Huu Truong

The Trade Union of Bac Ninh Sports University strives to fulfill the goals of the Resolution of the 25th Trade Union Congress, term 2023-2028

67. Do Xuan Dang

Bac Ninh Sports University successfully organized the International Scientific Conference with the theme: "Sports economic development: Innovation to meet sustainable development requirements"

68. Pham Tuan Dung; Nguyen Thi Phuong Thao

Back muscle stretching exercises

70. Summary of articles published in the Journal of Scientific Training and Sports Coaching in 2024

80. Rules of writing and posting.



Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859-4417

**Số 1 -2025
(83)**

