

THỰC TRẠNG VÀ NĂNG LỰC HOẠT ĐỘNG TRÍ LỰC SAU CÁC BÀI TẬP CÔNG SUẤT KHÁC NHAU CỦA SINH VIÊN NGÀNH Y SINH HỌC THỂ DỤC THỂ THAO TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Vũ Chung Thủy*
Hoàng Thị Thu Trang **

Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đặc biệt là sử dụng phương pháp kiểm tra tâm lý, chúng tôi đã đánh giá được thực trạng năng lực hoạt động trí lực của sinh viên Ngành Y sinh học TDTT sau các bài tập công suất khác nhau.

Từ khóa: Hoạt động trí lực, bài tập, công suất, sinh viên, y sinh học TDTT.

Status and ability of mental activities after different exercises of students of Biomedical Sports Science at Bac Ninh Sport University

Abstract:

Through routine scientific research methods, especially the use of psychological tests, we have evaluated the actual state of the mental activities of students in the field of biomedical sports science after different exercises.

Key words: Mental activity, exercises, capacity, students, biomedical and physical training.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trí lực là năng lực trí tuệ hay còn là khả năng, mức độ trí tuệ đạt được cao hay thấp. Trí lực là một sản phẩm cá nhân được hình thành trong quá trình sống trên nền các cơ sở sinh học vốn có và sự tác động của môi trường sống. Như vậy, giữa các cá thể có môi trường sống, giới tính, tuổi đời... khác nhau thì trí lực cũng khác nhau. Như vậy có thể thấy bên cạnh các yếu tố thành phần của năng lực trí tuệ như: Chỉ số thông minh, năng lực trí nhớ, năng lực ý trí - vượt khó, năng lực sáng tạo thì còn có các yếu tố có ảnh hưởng và chi phối mạnh tới trí lực, đặc biệt là trong hoạt động thể lực, đó là năng lực cảm xúc (EQ).

Đặc điểm hoạt động đào tạo của sinh viên Ngành Y sinh học TDTT mang tính đặc thù cao với sự đan xen giữa giờ học lý thuyết và giờ học thực hành. Giữa hai nội dung có sự tác động tương hỗ và có thể có ảnh hưởng làm giảm hiệu quả tiếp thu những kiến thức, kỹ năng mới. Vì vậy, vấn đề nghiên cứu đánh giá sự ảnh hưởng

giữa hai nội dung học tập là rất cần thiết. Quá trình nghiên cứu sẽ chỉ ra được mức độ ảnh hưởng và thời gian cần có để hồi phục, từ đó có cơ sở khoa học cho việc xây dựng và điều chỉnh kế hoạch đào tạo, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên Ngành Y sinh học TDTT

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra tâm lý và Toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng năng lực hoạt động trí lực của sinh viên Ngành Y sinh học TDTT, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Bằng các test đã lựa chọn chúng tôi tiến hành kiểm tra trên đối tượng khảo sát để thu thập và phân tích kết quả theo từng năm học và giới tính.

Kết quả đo năng lực cảm xúc - EQ:

- Khóa 49: Nam, Trung bình (TB): 7.15 ± 0.41 , trong đó tỷ lệ Giới: Khá: Trung bình là: 6% :66.7% và 27.3%. Nữ, TB: 8.14 ± 0.52 ; tỷ lệ

*PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

**CH 24, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh



Năng lực hoạt động trí lực của VĐV thể thao sẽ biến đổi khác nhau khi tham gia hoạt động vận động ở các vùng công suất khác nhau

63.7% : 36.4% : 0%.

- Khóa 50: Nam, TB: 6.34 ± 0.45 ; tỷ lệ 37.55% : 50% : 0% và Yếu 12.5%; Nữ TB: 8.33 ± 0.55 ; tỷ lệ 83.3% : 16.7% và 0%.

- Khóa 51: Nam, TB: 6.1 ± 0.47 ; loại TB chiếm 100%; Nữ TB: 6.8 ± 0.56 ; tỷ lệ 50% : 50% và 0%.

Kết quả trên đã cho nhận xét chung: Năng lực cảm xúc của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT đạt mức từ Trung bình đến Giỏi, ngoại trừ 12.5% ở K50 là Yếu. Sinh viên nam thấp hơn ở sinh viên nữ và khóa sau thấp hơn khóa trước. Điều này thể hiện, năng lực cảm xúc phản ánh quy luật chi phối của môi trường (khóa sau là khóa mới, thời gian và mức độ chi phối thấp hơn) nên giá trị đo lường thấp hơn. Với giá trị ở nam thấp hơn nữ, có thể hiểu là sự hoàn thiện về mặt thể chất, trong đó có sự phát triển hoàn thiện về năng lực chức phận của hệ thần kinh ở nữ diễn ra sớm hơn, khả năng tiếp nhận và chi phối tới năng lực cảm xúc sẽ cao hơn là phù hợp với qui luật sinh học.

Kết quả đo mức độ thông minh - IQ:

- Khóa 49: Nam, TB: 7.20 ± 0.54 ; tỉ lệ 9.1% : 63.6% và 27.3%; Nữ, TB: 8.29 ± 0.6 ; tỷ lệ 36.4% : 54.5% và 9.1%.

- Khóa 50: Nam, TB: 6.48 ± 0.5 ; tỷ lệ 12.5% : 25% : 50% và Yếu 12.5%; Nữ, TB: 8.18 ± 0.49 ; tỷ lệ 66.7% : 33.3% và 0%.

- Khóa 51: Nam TB: 6.48 ± 0.57 ; tỷ lệ 33.3% : 66.7% và 0%; Nữ, TB: 5.57 ± 0.41 ; loại Trung bình chiếm 100%.

Nhận xét chung: IQ của sinh viên Ngành Y

sinh học TDDT đều đạt từ mức Trung bình đến Giỏi, ngoại trừ 12.5% ở K50 là Yếu. IQ được xem là chỉ số có độ ổn định, độ di truyền cao, vì vậy cơ sở sinh học có vai trò quyết định lớn đến chỉ số IQ. Từ thực tiễn cũng cho thấy người có IQ cao thường có kết quả học tập Khá hơn. Trên cơ sở lý thuyết đã nêu có thể thấy sinh viên k49 và nữ sinh viên k50 là những sinh viên có ưu thế trong học tập.

Kết quả đo lường năng lực trí nhớ:

- Khóa 49: Nam, TB: 7.29 ± 0.62 ; tỷ lệ 9.1% : 69.7% : 21.2%; Nữ, TB: 7.96 ± 0.67 ; tỷ lệ 45.5% : 54.5% và 0%.

- Khóa 50: Nam, TB: 6.34 ± 0.46 ; tỷ lệ 0% : 37.5% : 50% và 12.5% Yếu; Nữ, TB: 8.17 ± 0.61 ; tỷ lệ 66.7% : 33.3% và 0%.

- Khóa 51: Nam, TB: 6.24 ± 0.49 ; tỷ lệ 0% : 33.3% : 66.7%; Nữ, TB: 6.03 ± 0.48 ; 100% đạt loại Trung bình.

Cũng như các năng lực khác của hoạt động trí lực, trí nhớ là quá trình tâm lý phản ánh những kinh nghiệm cá nhân, được tái tạo sau đó ở trong não những sự vật và hiện tượng đã được cảm giác, tri giác hay tư duy trước đó. Vì vậy sinh viên các khóa trên sẽ có năng lực trí nhớ tốt hơn cùng với sự gia tăng của tuổi và kinh nghiệm tích lũy trong cuộc sống. Tuy nhiên kết quả vượt trội ở nữ so với nam giới đã không phản ánh hoàn toàn Yếu tố môi trường xã hội. Điều này cho thấy một phần do cơ sở sinh học trong mỗi cá thể chi phối, kết quả này cùng tương đồng ở các test kiểm tra trí thông minh và năng lực cảm xúc.

Kết quả đo năng lực ý chí - vượt khó - AQ:

- Khóa 49: Nam, TB: 7.09 ± 0.41 ; tỉ lệ 6% : 60.6% : 33.3%; Nữ, TB: 8.05 ± 0.52 ; tỷ lệ 54.5% : 45.5% và 0%.

- Khóa 50: Nam, TB: 6.20 ± 0.44 ; tỷ lệ 0% : 25% : 62.5% và 12.5% Yếu; Nữ, TB: 8.25 ± 0.63 ; tỷ lệ 83.3% : 16.7% và 0%.

- Khóa 51: Nam, TB: 7.05 ± 0.56 ; tỷ lệ 0% : 6.7% : 33.3%; Nữ, TB: 7.55 ± 0.51 ; tỷ lệ 0% : 50% : 50%.

AQ phản ánh khả năng đối diện, biến đổi để thích nghi trước áp lực của tình huống khó khăn, là Yếu tố quyết định đến thành công, đặc biệt quan trọng đối với sinh viên TDDT và VĐV. Vì vậy AQ cao có ý nghĩa quan trọng trong các hoạt động thể lực đòi hỏi sự nỗ lực cao. Biểu hiện chung: Nữ cao hơn nam và khóa trên cao hơn khóa dưới đã phản ánh hiệu quả tác động của quá trình đào tạo, tương đồng với các kết quả đo lường năng lực IQ, EQ và năng lực trí nhớ và cũng phù hợp với quy luật sinh học là: Thường

IQ, EQ cao thì AQ cũng cao, tuy nhiên không phải là tuyệt đối.

2. Tương quan giữa năng lực hoạt động trí lực với kết quả học tập của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Khi phân tích kết quả học tập của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT đã cho thấy kết quả học tập các môn thực hành có điểm số tốt hơn kết quả học tập các môn lý thuyết. Vì vậy chúng tôi đã tiến hành xác định mối tương quan giữa

Bảng 1. Hệ số tương quan giữa năng lực hoạt động trí lực với kết quả học tập của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT

TT	Các môn học	Năng lực ý chí - vượt khó	Năng lực cảm xúc	Mức độ thông minh	Năng lực Trí nhớ
1	Lý thuyết	0.81	0.72	0.63	0.62
2	Thực hành	0.82	0.75	0.64	0.63

kết quả học tập các môn lý thuyết, thực hành với năng lực hoạt động trí lực của sinh viên.

Kết quả bảng trên đã cho thấy, giữa kết quả học tập với năng lực hoạt động trí lực có mối tương quan thuận khá chặt. Đa số sinh viên có năng lực hoạt động trí lực tốt đều có học lực Giỏi, Khá và ngược lại. Khi phân tích sâu hơn các hệ số tương quan có thể nhận thấy:

- Mức độ tương quan giữa kết quả học tập thực hành với năng lực hoạt động trí lực cao hơn so với hệ số tương quan với kết quả học tập các môn lý thuyết.

- Trong các năng lực phản ánh khả năng hoạt động trí lực thì kết quả học tập có mối tương quan chặt nhất với năng lực ý chí - vượt khó - AQ, tiếp đến là năng lực cảm xúc - EQ, thấp nhất là hệ số tương quan với trí thông minh - IQ và năng lực trí nhớ (ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$).

Kết quả thu được có thể lý giải trên cơ sở đặc điểm hoạt động học tập của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT. Nội dung kiến thức và kỹ năng thực hành được trang bị không quá lớn, do vậy không đòi hỏi khả năng trí nhớ và trí thông minh quá cao tuy mối quan hệ giữa chúng là chặt. Kết quả học tập của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT phụ thuộc nhiều vào ý thức tự giác, tinh thần vượt khó và ý chí vươn lên trong quá trình học tập, đặc biệt là các nội dung học thực hành.

Kết quả cũng cho thấy, trong quá trình tuyển chọn và đào tạo cần hướng tới việc bồi đắp lòng yêu nghề và tính tự giác, tích cực, ý chí vượt khó trong hoạt động học tập và rèn luyện kỹ năng thể thao.

3. Ảnh hưởng của hoạt động thể lực công suất Khác nhau đến năng lực hoạt động trí lực của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT, Trường Đại học TDDT Bắc Ninh

Với bài tập công suất tối đa:

Căn cứ vào các chỉ số phản ánh năng lực hoạt động trí lực sau bài tập công suất tối đa so với lúc yên tĩnh hầu như không có sự biến đổi đáng kể ở tất cả các chỉ số: năng lực cảm xúc, mức độ thông minh, năng lực trí nhớ và năng lực ý chí - vượt khó ($P > 0.05$).

Như vậy có thể thấy, với bài tập công suất tối đa mức độ tác động của bài tập không làm giảm sút đáng kể năng lực hoạt động trí lực của sinh viên. Điều này cũng nói lên rằng sau các hoạt động công suất tối đa có thể tiến hành các nội dung giảng dạy lý thuyết mà sinh viên vẫn có khả năng tiếp thu, tiếp nhận kiến thức một cách tốt nhất, hiệu quả nhất.

Với bài tập công suất cận tối đa:

Kết quả thu được của các chỉ số phản ánh năng lực hoạt động trí lực sau bài tập CSCTĐ so với yên tĩnh có sự giảm sút nhưng không đáng kể ở tất cả các chỉ số EQ, IQ, năng lực trí nhớ và AQ



**Giờ học bóng rổ
của sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh**

thể hiện qua $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P > 0.05$.

Như vậy với bài tập CSCTĐ, mức độ tác động của lượng vận động làm giảm sút đáng kể năng lực hoạt động trí lực của sinh viên. Điều này cho thấy, sau các vận động CSCTĐ có thể tiến hành các nội dung giảng dạy lý thuyết, sinh viên hoàn toàn có khả năng tiếp thu kiến thức một cách hiệu quả.

Với bài tập công suất lớn:

Căn cứ kết quả đo lường các chỉ số đánh giá khả năng hoạt động trí lực cho thấy, so với yên tĩnh có sự biến đổi đáng kể ở tất cả các chỉ số EQ, IQ, năng lực trí nhớ và AQ với sự giảm sút có sự Khác biệt thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$.

Như vậy có thể thấy, mức độ tác động của lượng vận động ở bài tập CSL đã làm giảm sút đáng kể năng lực hoạt động trí lực của sinh viên, điều này cũng nói lên rằng sau các hoạt động công suất lớn không nên sắp xếp giờ học lý thuyết sẽ giảm sút khả năng tiếp thu kiến thức của sinh viên. Với bài tập CSL, lượng vận động đã gây nên một mối sâu ở hệ thần kinh và các cơ quan, đòi hỏi phải có thời gian và phương pháp hồi phục một cách khoa học.

Với bài tập công suất Trung bình:

Căn cứ vào kết quả đo lường các chỉ số phản ánh khả năng hoạt động trí lực cho thấy, so với yên tĩnh có sự biến đổi lớn, giảm sút rõ rệt ở tất cả các chỉ số EQ, IQ, năng lực trí nhớ và AQ có sự Khác biệt thống kê với $P < 0.05$.

Có thể thấy với bài tập CSTB, lượng vận động lớn gây mệt mỏi rất sâu ở tất cả các hệ chức năng, bao gồm cả hệ thần kinh đã làm giảm sút đáng kể năng lực hoạt động trí lực của sinh viên. vì vậy, trong tiến trình học tập cũng như huấn luyện thể thao, sau những bài tập CSTB không cho phép tiến hành các hoạt động học tập mà cần phải áp dụng biện pháp hồi phục cho VĐV cũng như người học.

KẾT LUẬN

Đã đánh giá thực trạng năng lực hoạt động trí lực của sinh viên Ngành Y sinh học TDDT theo 4 năng lực thành phần: Mức độ thông minh - IQ, năng lực cảm xúc - EQ, năng lực ý chí – vượt khó – AQ và năng lực trí nhớ. Kết quả đạt từ loại Giỏi đến Trung bình.

Năng lực hoạt động trí lực sau bài tập CSTĐ, CSCTĐ có sự giảm sút không đáng kể ($P > 0.05$); sau bài tập CSL và CSTB có sự giảm sút lớn ở tất cả các chỉ số ($P < 0.05$).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đỗ Hồng Anh (1990), *Bản hướng dẫn sử dụng test Raven*, Lược dịch, Nxb TDDT Hà Nội.
2. A.Munzert (2003), *Trắc nghiệm kiểm tra trí thông minh IQ*, Nxb Trẻ, Tp. Hồ Chí Minh.
3. Adrea& Alidawson (2012), *Giải mã trí tuệ cảm xúc*, Nxb Trẻ, Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Bùi Văn Huệ (2000), *Giáo trình Tâm lý học*, Nxb Đại học Quốc gia, Hà Nội.
5. H.J. Jeysencuyk (2003), *Trắc nghiệm chỉ số thông minh IQ*, Nxb Văn hóa - Thông tin, Hà Nội.
6. Ngô Công Hoàn (chủ biên) (1997), *Những trắc nghiệm tâm lý*, (2 tập), Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.

(Bài nộp ngày 2/11/2017, Phản biện ngày 4/11/2017, duyệt in ngày 28/11/2017)

Người chịu trách nhiệm chính: Vũ Chung Thủy.
Email: vuchungthuytdtt@gmail.com)