

IMPROVING TRAINING QUALITY FOR PENCAK SILAT ATHLETES AT QUANG NINH SCHOOL OF SPORTS

Nguyen Van Ngoc

Banking Academy of Vietnam

Email: ngocnv@hvn.edu.vn

Received: 10/12/2024

Reviewed: 11/12/2024

Revised: 09/01/2024

Accepted: 21/4/2025

Released: 29/4/2025

Based on research and evaluation of the training process for Pencak Silat athletes at Quang Ninh school of Sports, this paper provides in-depth analysis and proposes three practical solutions to improve training quality, thereby helping to maximize the potential and strengths of this sport.

Keywords: Training; Pencak silat athletes; Quảng Ninh school of Sports.

1. Giới thiệu

Pencak Silat là môn võ thuật truyền thống của khu vực Đông Nam Á, có nguồn gốc từ Indonesia và Malaysia. Pencak Silat bắt đầu du nhập vào Việt Nam từ cuối những năm 80, đầu những năm 90 của thế kỷ XX. Bộ môn này được các huấn luyện viên (HLV) người Indonesia và Malaysia trực tiếp giảng dạy tại Việt Nam, đặt nền móng cho sự phát triển sau này. [2]

Môn Pencak Silat đang phát triển mạnh tại Quảng Ninh với sự tham gia tích cực từ các vận động viên (VĐV) trẻ. Tỉnh đã ghi dấu ấn trong nhiều giải đấu quốc gia và toàn quốc. Trong kỳ Đại hội Thể thao toàn quốc lần IX năm 2022, Quảng Ninh giành được 01 huy chương vàng đối kháng ở hạng cân 65kg và nhiều huy chương khác. Đội tuyển Pencak Silat của tỉnh cũng thường xuyên tham dự và đạt thành tích tốt tại các giải vô địch quốc gia. Mặc dù có tiềm năng, Pencak Silat tại Quảng Ninh vẫn đối mặt với thách thức như thiếu hụt HLV giàu kinh nghiệm và nguồn lực đào tạo chuyên sâu. Để phát triển bền vững, tỉnh cần tập trung vào việc mở rộng đào tạo, nâng cao chất lượng huấn luyện, đầu tư và định hướng chiến lược dài hạn để khẳng định vị thế trong các giải đấu lớn. Trước thực tế này, bài viết tiến hành nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat tại Trường Thể dục Thể thao (TĐTT) tỉnh Quảng Ninh.

2. Tổng quan nghiên cứu vấn đề

Pencak Silat – môn võ thuật truyền thống có nguồn gốc Đông Nam Á ngày càng khẳng định vai trò quan trọng trong hệ thống thi đấu thể thao quốc gia và quốc tế. Trường TĐTT

tỉnh Quảng Ninh, với sứ mệnh đào tạo và phát triển tài năng thể thao khu vực, đã chú trọng phát triển bộ môn Pencak Silat nhằm đóng góp vào thành tích chung của thể thao tỉnh nhà.

Tuy nhiên, công tác huấn luyện hiện nay vẫn đang đối mặt với nhiều thách thức, như: đội ngũ HLV chưa đồng đều về trình độ chuyên môn, cơ sở vật chất hạn chế, và việc cập nhật các phương pháp huấn luyện hiện đại chưa được thực hiện hiệu quả... Trên thực tế, các nghiên cứu trước đây chủ yếu tập trung vào các yếu tố cơ bản như kỹ thuật, chiến thuật và thể lực, trong khi các giải pháp về công tác huấn luyện, tổ chức, quản lý... chưa được khai thác đầy đủ.

Nghiên cứu về bộ môn Pencak Silat có thể kể đến công trình của các tác giả:

Mai Thế Lâm (2021) đã có công trình nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 (nội dung đối kháng), kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 22 chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15, nội dung đối kháng. Khi ứng dụng các chỉ tiêu này vào thực tiễn cho kết quả rất khả quan trên đối tượng nghiên cứu [4].

Từ Thị Lê Na (2024) đã có công trình nghiên cứu thực trạng và đề xuất giải pháp quản lý bộ môn Pencak Silat về thể thao thành tích cao ở Việt Nam. Kết quả nghiên cứu đã đánh giá được công tác quản lý về huấn luyện và đào tạo VĐV thể thao thành tích cao trong môn Pencak Silat về các mặt như nguồn lực HLV, VĐV và công tác tuyển chọn đào tạo VĐ [5].

Ngoài ra còn phải kể đến một số công trình có liên quan như: Lê Trọng Đồng (2008); Nguyễn Xuân Hải (2020)... [1], [3].

Việc nghiên cứu và triển khai các giải pháp nâng chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat không chỉ đáp ứng nhu cầu cấp thiết hiện tại mà còn đặt nền móng bền vững cho sự phát triển lâu dài của Pencak Silat tại Quảng Ninh.

3. Cách tiếp cận và phương pháp nghiên cứu

Dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn, cùng với việc áp dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học trong lĩnh vực TDTT, nghiên cứu đã đề xuất 03 giải pháp cụ thể nhằm nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh. Các giải pháp này đã được triển khai ứng dụng vào thực tế và mang lại những kết quả khả quan.

4. Kết quả nghiên cứu

4.1. Thực trạng công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

4.1.1. Thực trạng về đội ngũ HLV Pencak Silat tại Trường TDTT Tỉnh Quảng Ninh

Để đánh giá thực trạng về đội ngũ HLV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh bài viết tiến hành khảo sát thông qua:

- Trình độ chuyên môn (đánh giá bằng cấp, kinh nghiệm, và thành tích thi đấu hoặc huấn luyện trước đây của các HLV).
- Khả năng cập nhật kiến thức mới trong công tác huấn luyện (mức độ tham gia các khóa tập huấn chuyên môn, hội thảo quốc gia và quốc tế).
- Kỹ năng huấn luyện (khả năng ứng dụng khoa học công nghệ vào công tác huấn luyện nhằm truyền đạt kỹ thuật, chiến thuật, cũng như khả năng điều chỉnh phương pháp huấn luyện phù hợp với từng VĐV).

Kết quả khảo sát được trình bày tại bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả khảo sát thực trạng đội ngũ HLV Pencak Silat
Trường TDDT Tỉnh Quảng Ninh**

TT	Nội dung		m_i	Tỷ lệ %
1	Số lượng HLV		2	
2	Giới tính	Nam	0	0
		Nữ	2	100
3	Trình độ chuyên môn	Tiến sĩ	0	0
		Thạc sĩ	1	50
		Cử nhân	1	50
4	Trình độ huấn luyện	Huấn luyện viên cao cấp (hạng I)	0	0
		Huấn luyện viên chính (hạng I)	0	0
		Huấn luyện viên (hạng III)	2	100
		Hướng dẫn viên (hạng IV)	0	0
5	Kinh nghiệm huấn luyện	< 5 năm	0	0
		> 5 năm	1	50
		> 10 năm	1	50
6	Thành tích thi đấu trước đây	HCV	0	0
		HCB	0	0
		HCD	0	0
7	Thành tích huấn luyện trước đây	HCV	11	28.95
		HCB	15	39.47
		HCD	12	31.58
8	Cập nhật kiến thức trong công tác huấn luyện	Số lần tham gia các khóa tập huấn chuyên môn (số lần/năm)	0	0
		Số lần tham gia hội thảo quốc gia và quốc tế về công tác huấn luyện (số lần/năm)	0	0
9	Ứng dụng KHCN trong công tác huấn luyện	Ứng dụng các phần mềm: Dartfish hoặc Coach's Eye, công nghệ thực tế ảo (VR) và mô phỏng (AR)...	0	0

(m_i : Số lượng mẫu)

Kết quả khảo sát tại bảng 1 cho thấy đội ngũ HLV Pencak Silat tại Trường TDDT Quảng Ninh còn thiếu về số lượng và chất lượng. Trình độ chuyên môn của HLV hiện tại chỉ đạt mức cơ bản, chưa đáp ứng đầy đủ yêu cầu đối với một môn thể thao đang phát triển mạnh mẽ như Pencak Silat. Việc cập nhật kiến thức mới trong công tác huấn luyện, cũng như khả năng ứng dụng khoa học công nghệ vào huấn luyện, vẫn chưa được triển khai hiệu quả. Do đó, HLV cần phải liên tục học hỏi và cập nhật những phương pháp huấn luyện mới nhất. Việc tham gia các

khóa đào tạo chuyên sâu, hội thảo, cũng như giao lưu quốc tế là rất quan trọng để HLV nâng cao trình độ chuyên môn và năng lực áp dụng công nghệ hiện đại vào công tác huấn luyện. Chỉ khi đội ngũ HLV được trang bị đầy đủ kiến thức và kỹ năng, chất lượng huấn luyện thì thành tích thi đấu của các VĐV mới có thể được cải thiện một cách bền vững.

4.1.2. Thực trạng vận động viên Pencak Silat Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

Để đánh giá thực trạng VĐV Pencak Silat Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh, chúng tôi tiến khảo sát các yếu tố: Số lượng, lứa tuổi, giới tính và trình độ chuyên môn và thành tích thi đấu của VĐV trong 2 năm 2023 và 2024. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng VĐV Pencak Silat Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

TT	Nội dung		Năm 2023	Năm 2024	W (%)
1	Số lượng VĐV		20	22	9.52
2	Giới tính	Nam	12	13	8.00
		Nữ	8	9	11.76
3	Lứa tuổi	9 tuổi	2	3	40.00
		10 tuổi	6	6	0.00
		11 tuổi	6	7	15.38
		12 tuổi	6	6	0.00
4	Trình độ chuyên môn	VĐV kiện tướng	0	0	0.00
		VĐV cấp 1	0	0	0.00
		VĐV cấp 2	15	17	12.50
		VĐV năng khiếu	5	7	33.33
5	Kết quả thi đấu giải cấp tỉnh	Huy chương vàng	3	2	40.00
		Huy chương bạc	2	3	40.00
		Huy chương đồng	4	4	0.00
6	Kết quả thi đấu giải cấp quốc gia	Huy chương vàng	0	0	0.00
		Huy chương bạc	0	1	200.00
		Huy chương đồng	2	3	40.00
7	Tỷ lệ duy trì và phát triển VĐV	Số VĐV chuyển tuyến	2	3	40.00
		Số VĐV giữ lại	20	22	9.52
		Số VĐV thải loại	6	5	18.18
		Số VĐV bổ sung	6	5	18.18

(W (%): Nhịp độ tăng trưởng)

Kết quả khảo sát tại bảng 2 cho thấy: Đội ngũ VĐV Pencak Silat của Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh tăng từ 20 lên 22 VĐV (9.52%), với tỷ lệ nam và nữ có cải thiện điều đó thể hiện xu hướng cân bằng dần về giới tính. Lứa tuổi trẻ có sự tăng trưởng, đặc biệt ở nhóm 9 tuổi (40%) và 11 tuổi (15.38%), nhưng thiếu sự đồng đều. Về chuyên môn, VĐV cấp 2 và năng khiếu tăng nhưng chưa có VĐV kiện tướng. Thành tích thi đấu cấp tỉnh giảm ở huy

chương vàng (40%), trong khi cấp quốc gia có tiến bộ với huy chương bạc (200%) và huy chương đồng (40%). Tỷ lệ duy trì tăng (9.52%), nhưng số lượng bổ sung và thải loại giảm, cho thấy cần cải thiện công tác phát triển bền vững.

4.1.3. Thực trạng về điều kiện huấn luyện VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

Việc đảm bảo cơ sở vật chất và trang thiết bị đầy đủ, hiện đại không chỉ giúp nâng cao chất lượng đào tạo, phát triển kỹ năng chuyên môn cho VĐV mà còn góp phần tạo dựng môi trường huấn luyện và thi đấu chuyên nghiệp, bền vững. Bài viết thống kê và trình bày chi tiết cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh tại bảng 3.

Bảng 3. Cơ sở vật chất và trang thiết bị huấn luyện VĐV Pencak Silat Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

TT	Dụng cụ	Số lượng	Diện tích (m ²)	Chất lượng					
				Tốt		Khá		Trung bình	
				m_i	%	m_i	%	m_i	%
1	Nhà tập	1	122,44	0	0	1	100	0	0.00
2	Đài thi đấu	1		0	0	1	100	0	0.00
3	Quần áo tập	22		0	0	15	60	10	40
4	Găng đấm	22		0	0	13	52	12	48
5	Quần áo bảo hộ	22		0	0	13	52	12	48
6	Địch / Bao đấm / Người nộm...	10		0	0	10	66.67	5	33.33

Kết quả thống kê tại bảng 3 cho thấy số lượng trang thiết bị hiện tại đáp ứng đủ cho công tác huấn luyện của nhà trường. Tuy nhiên, chất lượng trang thiết bị chỉ ở mức khá và trung bình, chưa thực sự đáp ứng nhu cầu tập luyện chuyên sâu. Không gian tập luyện đảm bảo các tiêu chuẩn về diện tích và an toàn, phù hợp cho công tác huấn luyện hàng ngày nhưng chất lượng sân đấu vẫn chưa đạt tiêu chuẩn để tổ chức các giải đấu cấp quốc gia. Vì vậy, nhà trường cần xây dựng kế hoạch đầu tư, nâng cấp và cải tiến CSVC. Việc cải thiện điều kiện tập luyện không chỉ tạo động lực cho VĐV mà còn nâng cao hiệu quả công tác huấn luyện.

4.1.4. Thực trạng về công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao

Để đạt được những thành tựu trong công tác huấn luyện, công tác tuyển chọn, tìm kiếm tài năng và đào tạo VĐV đóng vai trò quan trọng. Trước đây, việc tuyển chọn học sinh năng khiếu thể thao chỉ tổ chức vào dịp nghỉ hè, nhưng hiện nay hoạt động này diễn ra liên tục trong cả năm. Trước đây chỉ tuyển sinh VĐV từ trong tỉnh, thì nay, tuyển sinh đã mở rộng ra các tỉnh thành khác trên cả nước như Thanh Hóa, Nghệ An, Bắc Giang...

Để hiểu rõ hơn về công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh, bài viết đã tiến hành phỏng vấn 30 người, gồm 5 cán bộ quản lý, 10 HLV và 25 VĐV. Kết quả khảo sát được trình bày trong bảng 4.

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn về công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao của Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn					
		Rất đúng		Đúng		Không đúng	
		m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %
I	Công tác tuyển chọn						
1	HLV đi đến từng địa phương, từng trường phổ thông để tuyển chọn trực tiếp.	20	66.67	10	33.33	0	0.00
2	Tuyển chọn thông qua các lớp nghiệp dư tại cơ sở.	20	66.67	10	33.33	0	0.00
3	Lựa chọn các em có thành tích tốt thông qua các giải thể thao học sinh toàn tỉnh.	20	66.67	10	33.33	0	0.00
II	Phương pháp tuyển chọn						
1	Phương pháp kiểm tra y học	0	0.00	0	0.00	30	100.00
2	Phương pháp nhân trắc	0	0.00	0	0.00	30	100.00
3	Phương pháp kiểm tra tâm lý	0	0.00	0	0.00	30	100.00
4	Phương pháp kiểm tra sự phạm	20	66.67	10	33.33	0	0.00
5	Phương pháp quan sát sự phạm	10	33.33	20	66.67	0	0.00
6	Phương pháp kinh nghiệm huấn luyện	15	50.00	15	50.00	0	0.00
III	Cơ chế chính sách đối với HLV và VĐV						
1	Chế độ đối với HLV và VĐV công bằng minh bạch, đúng quy định của pháp luật.	22	73.33	8	26.67	0	0.00
2	Chế độ đãi ngộ tài chính (Trợ cấp và tiền thưởng, bảo hiểm y tế và tai nạn).	10	33.33	15	50.00	5	16.67
3	Chế độ an sinh xã hội (hưu trí và bảo hiểm, hỗ trợ chuyển đổi nghề nghiệp).	10	33.33	15	50.00	5	16.67

Phân tích kết quả tại bảng 4 cho thấy những điểm nổi bật sau:

- Về công tác tuyển chọn VĐV Pencak Silat: Trường TDTT Quảng Ninh áp dụng các phương pháp tuyển chọn đa dạng và linh hoạt, bao gồm kiểm tra sự phạm, quan sát thực tế và dựa trên kinh nghiệm huấn luyện. Tuy nhiên, quá trình này vẫn chưa đạt đến mức độ chuyên nghiệp cao và còn thiếu một hệ thống đánh giá chuẩn xác, thống nhất từ cấp cơ sở địa phương

đến cấp quốc gia. Hạn chế này dẫn đến việc một số tài năng tiềm năng không được phát hiện kịp thời hoặc không có cơ hội phát triển đúng mức.

- Về cơ chế chính sách dành cho HLV và VĐV: Chính sách được thực hiện minh bạch, công khai và tuân thủ đúng các quy định pháp luật. Việc thực hiện cơ chế chính sách không chỉ bảo đảm quyền lợi cho HLV và VĐV mà còn góp phần xây dựng một môi trường thể thao bền vững. Đây là nền tảng quan trọng giúp các VĐV tập trung phát triển sự nghiệp thi đấu, đồng thời bảo đảm ổn định cuộc sống sau khi kết thúc sự nghiệp thể thao.

Qua quá trình đánh giá thực trạng công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh, có thể thấy công tác huấn luyện đã đạt được những thành tựu nhất định nhưng vẫn còn tồn tại một số hạn chế. Đội ngũ HLV còn thiếu về số lượng và cần nâng cao hơn nữa về chuyên môn và kỹ năng ứng dụng khoa học công nghệ. Điều kiện cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ huấn luyện tuy đảm bảo cơ bản nhưng chưa đáp ứng đầy đủ các tiêu chuẩn để phát triển lâu dài. Công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao đã có sự mở rộng, song vẫn cần cải tiến hệ thống đánh giá để phát hiện và bồi dưỡng kịp thời các tài năng. Kết quả thi đấu của VĐV khá khả quan, tuy nhiên còn tiềm năng lớn để phát huy hơn nữa.

4.2. Giải pháp nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

Căn cứ vào thực trạng đã nêu, cùng với tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, bài viết đã lựa chọn 5 giải pháp tiềm năng nhằm nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh. Các giải pháp này đã được đưa vào phỏng vấn trực tiếp với các chuyên gia, cán bộ quản lý, HLV và VĐV (25 người). Kết quả phỏng vấn được trình bày trong bảng 5.

Bảng 5. Kết quả phỏng vấn giải pháp nâng cao chất lượng công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=25)					
		Hoàn toàn đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý	
		m_i	%	m_i	%	m_i	%
1	Nâng cao năng lực đội ngũ huấn luyện viên.	11	44	14	56	0	0
2	Đầu tư, nâng cấp và hiện đại hóa cơ sở vật chất.	12	48	13	52	0	0
3	Giải pháp hoàn thiện công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao.	10	40	12	48	3	12
4	Xây dựng hoàn thiện cơ chế, chính sách đối với VĐV.	6	24	5	20	14	56
5	Giải pháp tăng cường hợp tác và giao lưu	6	24	6	24	13	52

(n: Số lượng mẫu quan sát)

Phân tích kết quả bảng 5 cho thấy: Có 3 giải pháp nhận được sự đồng thuận cao từ đối tượng phỏng vấn (số phiếu tán thành đạt từ 88% - 100%). Đó là:

- Giải pháp 1: Nâng cao năng lực đội ngũ huấn luyện viên (100%)
- Giải pháp 2: Đầu tư, nâng cấp và hiện đại hóa cơ sở vật chất (100%)
- Giải pháp 3: Giải pháp hoàn thiện công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao (97%).

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn, bài viết đã lựa chọn 03 giải pháp nhận được sự đồng thuận cao để nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh. Các giải pháp cụ thể như sau:

Giải pháp 1: Nâng cao năng lực đội ngũ huấn luyện viên

- Mục đích:

Nâng cao năng lực HLV môn Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh nhằm xây dựng một đội ngũ chuyên nghiệp, nâng cao thành tích thể thao, phát triển các tài năng trẻ, và đóng góp vào sự phát triển bền vững của thể thao tỉnh nhà.

- Nội dung giải pháp:

+ Đào tạo, bồi dưỡng kiến thức chuyên môn:

Tổ chức các khóa đào tạo chuyên sâu về kỹ thuật, chiến thuật, và luật thi đấu Pencak Silat.

Mời chuyên gia hàng đầu trong nước hoặc quốc tế tham gia giảng dạy và chia sẻ kinh nghiệm thực tế.

+ Cập nhật phương pháp huấn luyện hiện đại:

Nghiên cứu và áp dụng các phương pháp huấn luyện tiên tiến từ các quốc gia có nền Pencak Silat phát triển.

Kết hợp lý thuyết và thực hành để HLV hiểu rõ quy trình huấn luyện khoa học và hiệu quả.

+ Bồi dưỡng kỹ năng quản lý và tổ chức:

Đào tạo về công tác quản lý đội tuyển, xây dựng giáo án huấn luyện phù hợp với từng nhóm vận động viên.

Phát triển kỹ năng tổ chức và điều hành các giải đấu, sự kiện thể thao quy mô từ trường đến tỉnh.

+ Đào tạo về thể lực và phục hồi chấn thương:

Trang bị kiến thức về dinh dưỡng thể thao, phục hồi chức năng và chăm sóc chấn thương cho VĐV.

Hướng dẫn thực hành các bài tập thể lực chuyên biệt dành cho VĐV Pencak Silat.

+ Phát triển năng lực ngoại ngữ: Tổ chức các lớp học ngoại ngữ (đặc biệt là tiếng Anh) để HLV có thể tham gia các hội thảo quốc tế, tiếp cận tài liệu nước ngoài.

+ Hỗ trợ tham gia các hội thảo, khóa tập huấn quốc tế: Tạo điều kiện để HLV tham gia các chương trình tập huấn, hội thảo quốc tế để cập nhật kiến thức mới nhất và giao lưu, học hỏi kinh nghiệm.

- Điều kiện thực hiện giải pháp:

+ Nguồn lực tài chính: Cần ngân sách đủ để tổ chức các lớp tập huấn, mời chuyên gia và cử HLV tham gia khóa học nâng cao.

+ Nguồn nhân lực: Đội ngũ HLV cần sẵn sàng học hỏi, cải thiện kỹ năng và tiếp thu phương pháp huấn luyện mới.

+ Cơ sở vật chất và trang thiết bị: Cần cải thiện và hiện đại hóa các phòng tập, sân bãi và thiết bị huấn luyện như máy quay video, phần mềm hỗ trợ.

+ Chính sách và sự hỗ trợ từ lãnh đạo: Lãnh đạo trường cần cam kết hỗ trợ về chính sách và kinh phí để tạo điều kiện cho HLV tham gia đào tạo.

+ Thời gian và sự cam kết của HLV: HLV cần cam kết tham gia các khóa học và áp dụng phương pháp huấn luyện mới.

+ Hệ thống đánh giá và cải tiến: Cần có hệ thống đánh giá hiệu quả sau đào tạo và liên tục cải tiến chương trình huấn luyện dựa trên kết quả thực tế.

Giải pháp 2: Đầu tư, nâng cấp và hiện đại hóa cơ sở vật chất

- Mục đích:

Cải thiện cơ sở vật chất nhằm tạo môi trường tập luyện hiện đại, giúp nâng cao hiệu công tác huấn luyện và phát triển kỹ năng cho VĐV. Cơ sở vật chất hiện đại giúp tổ chức các giải đấu thể thao cấp tỉnh, quốc gia, và quốc tế, góp phần nâng cao vị thế của Trường cũng như của tỉnh Quảng Ninh.

- Nội dung giải pháp:

+ Kiểm tra, đánh giá hiện trạng cơ sở vật chất hiện có:

Thực hiện rà soát toàn diện hệ thống cơ sở vật chất, trang thiết bị tại Trường.

Xác định các hạng mục cần nâng cấp, sửa chữa hoặc đầu tư mới.

+ Đầu tư trang thiết bị hiện đại:

Mua sắm các thiết bị tập luyện và thi đấu đạt tiêu chuẩn quốc gia và quốc tế.

Đặc biệt chú trọng đầu tư trang thiết bị cho các môn trọng điểm như Pencak Silat, điền kinh, bóng đá, bơi lội,...

+ Nâng cấp, xây dựng các công trình thể thao:

Cải tạo và nâng cấp các sân tập, nhà thi đấu đa năng, phòng tập chuyên biệt.

Xây dựng thêm các công trình phụ trợ như phòng thay đồ, khu vực hồi phục, y tế, và khu vực nghỉ ngơi cho vận động viên.

+ Đảm bảo tiêu chuẩn an toàn và vệ sinh:

Đầu tư hệ thống an ninh, chiếu sáng, thoát nước, đảm bảo an toàn cho các vận động viên trong quá trình tập luyện và thi đấu.

Nâng cấp cơ sở hạ tầng đảm bảo vệ sinh môi trường, phòng ngừa chấn thương.

- Điều kiện thực hiện giải pháp:

+ Nguồn lực tài chính: Cần ngân sách đủ để đầu tư nâng cấp và mua sắm thiết bị hiện đại từ ngân sách nhà nước, nhà tài trợ hoặc các chương trình thể thao.

+ Kế hoạch và thiết kế cơ sở vật chất: Xây dựng kế hoạch chi tiết nâng cấp các phòng tập, sân bãi, khu thi đấu và các tiện ích kèm theo, đảm bảo đạt tiêu chuẩn chuyên môn cao.

+ Đội ngũ chuyên gia và nhà thầu: Cần có đội ngũ chuyên gia thiết kế và nhà thầu có kinh nghiệm trong xây dựng và cải tạo cơ sở vật chất thể thao.

+ Quản lý và bảo trì: Cần xây dựng kế hoạch quản lý, bảo trì cơ sở vật chất để đảm bảo thiết bị luôn hoạt động tốt phục vụ huấn luyện và thi đấu.

+ Sự đồng thuận và hỗ trợ: Cần sự hỗ trợ từ lãnh đạo, cơ quan chức năng và tổ chức thể thao để triển khai giải pháp thuận lợi.

+ Thời gian và lộ trình thực hiện: Cần xác định rõ lộ trình và tiến độ đầu tư, nâng cấp và hoàn thành đúng thời hạn.

Giải pháp 3: Giải pháp hoàn thiện công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao

- Mục đích:

Nhằm xây dựng và hoàn thiện hệ thống tuyển chọn khoa học, hiệu quả để phát hiện và phát triển tài năng thể thao ngay từ khi còn nhỏ, từ đó tạo nền tảng vững chắc cho việc huấn luyện và phát triển VĐV chuyên nghiệp cho tỉnh.

- Nội dung giải pháp:

+ Xây dựng quy trình tuyển chọn khoa học và minh bạch:

Đưa ra tiêu chí tuyển chọn rõ ràng, bao gồm các yếu tố như thể lực, kỹ thuật, chiến thuật và phẩm chất cá nhân như ý chí, nghị lực vượt khó, sự kiên trì, quyết tâm...

Tổ chức các kỳ thi tuyển chọn, kiểm tra định kỳ năng lực của các VĐV từ các trường học, câu lạc bộ thể thao, các cuộc thi thể thao cấp cơ sở để phát hiện những tài năng tiềm năng.

+ Phát triển chương trình đào tạo chuyên sâu: Chương trình huấn luyện phải được thiết kế bài bản, dài hạn, giúp các VĐV phát triển tối đa năng lực của mình qua các giai đoạn huấn luyện khác nhau.

+ Đảm bảo chế độ đãi ngộ hợp lý: Các VĐV cần được hưởng các chế độ đãi ngộ hợp lý về tài chính, dinh dưỡng, y tế và phục hồi. Điều này sẽ giúp họ không phải lo lắng về các vấn đề bên ngoài và có thể tập trung vào việc luyện tập và thi đấu.

+ Hỗ trợ tâm lý và kỹ năng thi đấu: Đưa ra các chương trình đào tạo về khả năng kiểm soát cảm xúc, làm chủ bản thân trong các tình huống căng thẳng của thi đấu, giúp VĐV tự tin hơn khi đối diện với các thử thách lớn.

+ Tăng cường giao lưu và hợp tác quốc tế: Xây dựng mối quan hệ hợp tác với các tổ chức, câu lạc bộ thể thao trong và ngoài nước để tổ chức các buổi huấn luyện chung, các cuộc thi giao hữu, tạo cơ hội cho các VĐV giao lưu, học hỏi từ các đối thủ mạnh mẽ.

- Điều kiện thực hiện giải pháp:

+ Hệ thống tuyển chọn bài bản và chuyên nghiệp: Xây dựng tiêu chí tuyển chọn rõ ràng, công bằng và khoa học, đánh giá kỹ năng, thể lực và tiềm năng của VĐV.

+ Nguồn lực tài chính và cơ sở vật chất: Đảm bảo ngân sách đủ để tổ chức các chương trình tuyển chọn và đầu tư vào cơ sở vật chất hiện đại.

+ Đội ngũ HLV chuyên môn cao: Cần đội ngũ HLV chuyên nghiệp, giàu kinh nghiệm, được đào tạo và nâng cao kỹ năng liên tục.

+ Chính sách đãi ngộ và động viên tài năng: Cần có chính sách đãi ngộ hợp lý, hỗ trợ đầy đủ về dinh dưỡng, sức khỏe và giáo dục cho VĐV.

+ Hợp tác và hỗ trợ từ các tổ chức thể thao: Cần sự phối hợp chặt chẽ giữa các cơ quan thể thao, trường học và tổ chức xã hội để phát hiện và phát triển tài năng.

+ Đánh giá và theo dõi sự tiến bộ của tài năng: Xây dựng hệ thống đánh giá định kỳ để theo dõi sự tiến bộ và điều chỉnh kế hoạch đào tạo phù hợp.

5. Thảo luận

Pencak Silat - một môn võ thuật truyền thống Đông Nam Á, đang ngày càng khẳng định vị trí quan trọng trong hệ thống thể thao thành tích cao ở Việt Nam và quốc tế. Tuy nhiên, để nâng cao chất lượng công tác huấn luyện cho VĐV Pencak Silat trên phạm vi rộng cũng như tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh, cần tập trung vào các giải pháp cụ thể, có tính hệ thống, đồng bộ một số giải pháp từ nâng cao trình độ đội ngũ HLV, cải thiện cơ sở vật chất đến hoàn thiện công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao... Việc kết hợp chặt chẽ giữa các yếu tố này không chỉ giúp phát triển môn Pencak Silat tại Quảng Ninh mà còn góp phần nâng cao thành tích thi đấu trên các đấu trường lớn trong nước và quốc tế.

6. Kết luận

Thực trạng công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat tại Trường TDTT tỉnh Quảng Ninh còn nhiều khó khăn: Đội ngũ HLV hạn chế về số lượng và chuyên môn, cơ sở vật chất thiếu thốn, công tác tuyển chọn chưa hiệu quả và thành tích thi đấu chưa ổn định. Từ thực trạng này, bài báo đã đề xuất 3 giải pháp trọng tâm:

- Giải pháp 1: Nâng cao năng lực đội ngũ huấn luyện viên.
- Giải pháp 2: Đầu tư, nâng cấp và hiện đại hóa cơ sở vật chất.
- Giải pháp 3: Hoàn thiện công tác tuyển chọn và phát triển tài năng thể thao

Các giải pháp này không chỉ đáp ứng nhu cầu thực tế của nhà trường mà còn góp phần khắc phục những hạn chế đã nêu.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Lê Trọng Đồng (2008), *Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV nam Pencak Silat 10 - 12 tuổi tỉnh Thanh Hoá* (giai đoạn tuyển chọn ban đầu), Luận văn thạc sĩ KHGD, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
- [2]. Trần Đức Dũng và cộng sự (2024), *Giáo trình Pencak Silat*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [3]. Nguyễn Xuân Hải (2020), *Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Pencak Silat Bộ Công An*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
- [4]. Mai Thế Lâm (2021), *Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 (nội dung đối kháng)*, Luận án tiến sĩ KHGD, Viện Khoa học TDTT.
- [5]. Từ Thị Lê Na (2024), *Nghiên cứu thực trạng và đề xuất giải pháp quản lý bộ môn Pencak Silat về thể thao thành tích cao ở Việt Nam*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

**GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG CÔNG TÁC
HUẤN LUYỆN CHO VẬN ĐỘNG VIÊN PENCAC SILAT
TẠI TRƯỜNG THỂ DỤC THỂ THAO TỈNH QUẢNG NINH**

Nguyễn Văn Ngọc

Học viện Ngân hàng

Email: ngocnv@hvn.edu.vn

Ngày nhận bài: 10/12/2024

Ngày phản biện: 11/12/2024

Ngày tác giả sửa: 09/01/2025

Ngày duyệt đăng: 21/4/2025

Ngày phát hành: 29/4/2025

Dựa trên quá trình nghiên cứu và đánh giá thực trạng công tác huấn luyện vận động viên Pencak Silat tại Trường Thể dục Thể thao tỉnh Quảng Ninh, bài viết đã đưa ra những phân tích chuyên sâu và đề xuất 03 giải pháp thiết thực nhằm nâng cao chất lượng công tác huấn luyện từ đó góp phần phát huy tối đa tiềm năng và thể mạnh của bộ môn này.

Từ khóa: Huấn luyện; Vận động viên Pencak Silat; Trường Thể dục Thể thao tỉnh Quảng Ninh...