

CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC ĐẠI HỌC

Trình độ đào tạo: Đại học

Ngành:

Mã số: .....

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Thông tin chung về HP

1.1 Mã học phần: 190060	1.2 Tên học phần: Giáo dục thể chất 1
1.3 Ký hiệu học phần: .....	1.4 Tên tiếng Anh: Physical education 1
1.5 Số tín chỉ:	02
1.6 Phân bố thời gian:	
- Lý thuyết:	15 tiết.
- Thực hành:	30 tiết
- Tự học (thực hành tại nhà):	45 tiết
1.7 Các giảng viên phụ trách học phần:	
- Giảng viên phụ trách chính:	ThS. Phan Minh Mẫn
- Danh sách giảng viên cùng giảng dạy:	
1.8 Điều kiện tham gia học phần:	
- Học phần tiên quyết:	Không có
- Học phần học trước:	Không có
- Học phần song hành:	Không có

2. Mục tiêu HP

2.1. Mục tiêu chung

Giúp cho sinh viên nhận biết được lợi ích của việc tập luyện thể dục thể thao và một số nguyên tắc vệ sinh trước, trong và sau khi tập luyện hoặc thi đấu. Phân biệt được môn thể thao đối kháng trực tiếp và không trực tiếp, khởi động chung và khởi động chuyên môn. Trình bày sơ lược về lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng rổ. Bên cạnh đó có thể phân tích và thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng rổ cơ bản như: nhồi bóng, chuyền bóng, ném rổ.

Nhận biết một số điều luật bóng rổ cơ bản và phương pháp trọng tài; các bước tiến hành tổ chức một giải đấu; cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu. Trên cơ sở đó hình thành ý thức tự tập luyện, nâng cao trình độ kỹ thuật và phát triển các kỹ năng cần thiết như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo và kỹ năng kiên trì, kỷ luật...

2.2. Mục tiêu HP cụ thể

2.2.1. Về kiến thức:

- Trình bày được khái quát về lợi ích của việc tập luyện TDTT và các nguyên tắc vệ sinh TDTT.
- Trình bày được khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng rổ.
- Thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng rổ từ cơ bản đến nâng cao.
- Nhận biết một số điều luật bóng rổ cơ bản và phương pháp trọng tài; các bước tiến hành tổ chức một giải đấu; cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu.

### 2.2.2. Về kỹ năng:

- Tăng cường khả năng thích nghi của cơ thể đối với khối lượng và cường độ vận động của từng buổi tập; sự kết hợp các động tác kỹ thuật với nhau trong tập luyện và thi đấu bóng rổ.
- Thực hiện và kết hợp được các kỹ thuật động tác với nhau và kiểm soát các hoạt động của cơ thể trong tập luyện và thi đấu.
- Vận dụng một số điều luật, phương pháp trọng tài, lập kế hoạch và triển khai tổ chức được một giải thi đấu bóng rổ.

### 2.2.3. Tự chủ và chịu trách nhiệm

- Tuân thủ các yêu cầu của giảng viên và nội quy của nhà trường trong các giờ lên lớp.
- Có ý thức tự tập luyện và nâng cao các động tác kỹ thuật.

## 3. Chuẩn đầu ra của HP “Giáo dục thể chất 1”

### Bảng 3.1. Chuẩn đầu ra (CĐR) của HP

Sau khi học xong học phần, SV có khả năng:

Ký hiệu CĐR HP	Nội dung CĐR HP (CLO)
CLO1	Trình bày được lợi ích của việc tập luyện TDTT, các khái niệm về nguyên tắc vệ sinh TDTT.
CLO2	Trình bày khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng rổ; các nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí trong bóng rổ.
CLO3	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật nhồi bóng và chuyền bóng.
CLO4	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật ném rổ và một số chiến thuật cơ bản.
CLO5	Hiểu và vận dụng một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài.
CLO6	Nhận biết cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu bóng rổ.
CLO7	Có ý thức tự tập luyện và nâng cao trình độ các động tác kỹ thuật. Phát triển các kỹ năng như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo và kỹ năng kiên trì, kỷ luật...
CLO8	Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động, phát triển các tố chất thể lực (nhanh, mạnh, bền, khả năng phối hợp vận động và mềm dẻo).

## 4. Mô tả tóm tắt nội dung học phần

Môn học bao gồm những kiến thức liên quan đến thể dục thể thao nói chung và môn bóng rổ nói riêng bao gồm: Lợi ích của việc tập luyện TDTT, các nguyên tắc vệ sinh TDTT, lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng rổ; nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí trong bóng rổ; các động tác kỹ thuật bóng rổ từ cơ bản đến nâng cao; một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài; các phương pháp huấn luyện thể lực và tổ chức một giải thi đấu bóng rổ; cách phòng tránh và xử lý chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu. Từ đó hình thành và phát triển ý thức tự tập luyện TDTT và nâng cao trình độ kỹ thuật động tác cùng các kỹ năng như: Kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo và kỹ năng kiên trì, kỷ luật ....Nâng cao ý thức tự tập luyện các động tác kỹ thuật.

## 5. Mối liên hệ giữa CDR HP (CLO) với CDR CTĐT (PLO)

(Khoa chuyên môn tự điều chỉnh mối liên hệ giữa CDR HP (CLO) và CDR CTĐT (PLO) cho phù hợp với chuyên ngành đào tạo, bảng ví dụ bên dưới)

Mức độ đóng góp, hỗ trợ của CLO đối với PLO được xác định cụ thể như sau:

- *I (Introduced)* – CLO có hỗ trợ đạt được PLO và ở mức giới thiệu/bắt đầu
- *R (Reinforced)* – CLO có hỗ trợ đạt được PLO và ở mức nâng cao hơn mức bắt đầu, có nhiều cơ hội được thực hành, thí nghiệm, thực tế,...
- *M (Mastery)* – CLO có hỗ trợ cao đạt được PLO và ở mức thuần thục/thông hiểu

**Bảng 5.1. Mối liên hệ của CDR HP (CLO) đến CDR của CTĐT (PLO)**

CDR học phần/ CDR chương trình	PLO1	PLO2	PLO3	PLO4	PLO5	PLO6	PLO7	PLO8	PLO9	PLO10	PLO11	PLO12
CLO1												
CLO2												
CLO3												
CLO4												
CLO5												
CLO6												
CLO7												
CLO8												
Tổng hợp theo học phần												

## 6. Đánh giá HP

a. Phương pháp, hình thức kiểm tra - đánh giá của HP

**Bảng 6.1. Ma trận Chuẩn đầu ra học phần**

Phần trăm đánh giá		10%	30%	60%	Khảo sát
Chuẩn đầu ra học phần		Chuyên cần/ hoạt động trên lớp	Kiểm tra giữa kỳ	Kiểm tra cuối kỳ	
CLO1	Trình bày được lợi ích của việc tập luyện TDTT, các khái niệm về nguyên tắc vệ sinh TDTT.	X			X
CLO2	Trình bày khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng rổ; các nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí trong bóng rổ.	X			X
CLO3	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật nhồi bóng và chuyền bóng.	X	X		X
CLO4	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật ném rổ và 2 bước lên rổ.	X		X	X
CLO5	Hiểu và vận dụng một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài.	X			X

CLO6	Nhận biết cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu bóng rổ.	X				X
CLO7	Có ý thức tự tập luyện và nâng cao trình độ các động tác kỹ thuật. Phát triển các kỹ năng như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo và kỹ năng kiên trì, kỷ luật...	X	X	X	X	X
CLO8	Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động, phát triển các tố chất thể lực (nhanh, mạnh, bền, khả năng phối hợp vận động và mềm dẻo).	X	X	X	X	X

**Bảng 6.2. Phương pháp, hình thức kiểm tra - đánh giá kết quả học tập của SV ở HP**

Thành phần đánh giá	Trọng số	Bài đánh giá	Trọng số con	Rubric (đánh dấu X nếu có)	Lquan đến CDR nào ở bảng 3.1	HD PP đánh giá
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
A1. Chuyên cần	10%	Tham gia các buổi học		X	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	GV đánh giá theo buổi số tham gia học phần của sinh viên.
A2. Đánh giá giữa kỳ	30%	- Bài kiểm tra giữa kỳ: Thực hiện được động tác kỹ thuật dẫn bóng tốc độ		X	CLO3 CLO7 CLO8	GV đánh giá qua các tiêu chí (công khai) bao gồm: thông tin về kiến thức trọng tâm, kiến thức sâu, kiến thức mở rộng, ....;
A3. Đánh giá cuối kỳ	60%	Bài kiểm tra cuối kỳ: Thực hiện được động tác kỹ thuật ném rổ		X	CLO4 CLO7 CLO8	GV chấm điểm theo thành tích sinh viên đạt được

**b. Chính sách đối với HP**

Nếu sinh viên tham dự  $\geq 80\%$  số buổi của HP (sv nghỉ  $> 20\%$  số buổi sẽ không được dự thi kết thúc HP) và có điểm kiểm tra giữa kỳ lớn hơn 0 sẽ được dự thi kiểm tra cuối kỳ của HP.

**7. Kế hoạch và nội dung giảng dạy HP**

**Bảng 7.1. Kế hoạch và nội dung giảng dạy của HP theo tuần**

Tuần/ Buổi	Các nội dung cơ bản của bài học (chương) (đến 3 số)	Số tiết (LT/ TH/ TT)	CDR của bài học (chương)/ chủ đề	Liên quan đến CDR nào ở bảng 3.1	PP giảng dạy đạt CDR	Hoạt động học của SV(*)	Tên bài đánh giá (ở cột 3 bảng 6.2
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh hoạt nội quy, quy chế môn học.</li> <li>- Chương I: Lợi ích của Thể dục Thể Thao</li> <li>- Chương II: Vệ sinh học Thể dục Thể thao</li> <li>- Giới thiệu về các kỹ thuật cơ bản trong bóng rổ.</li> <li>- Kỹ thuật nhồi bóng tại chỗ và di chuyển.</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Làm quen với bóng, tạo cảm giác, sức mạnh cho tay, cổ tay và ngón tay.</li> <li>- Các bước di chuyển trong bóng rổ</li> <li>- Kỹ thuật nhồi bóng tại chỗ và di chuyển.</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	(02 LT, 01 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được lợi ích của việc tập luyện TĐTT</li> <li>2. Trình bày được các nguyên tắc vệ sinh TĐTT.</li> <li>3. Phân tích được các bước thực hiện động tác nhồi bóng tại chỗ và di chuyển.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Phân biệt được khởi động chung và khởi động chuyên môn;</li> <li>2. Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động.</li> <li>3. Thực hiện được kỹ thuật nhồi bóng tại chỗ và di chuyển.</li> <li>4. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</li> </ol>	CLO1 CLO3 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
2 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh hoạt nội quy, quy chế môn học.</li> <li>- Chương III: Lịch sử hình thành bóng rổ thế giới và ở Việt Nam.</li> <li>- Chương IV: Các vị trí và thuật ngữ trong bóng rổ.</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p>	(02 LT, 01 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được khái quát lịch sử hình thành bóng rổ thế giới và ở Việt Nam</li> <li>2. Trình bày được nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí và</li> </ol>	CLO2 CLO3 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành.	A1 A2 A3

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Làm quen với bóng, tạo cảm giác, sức mạnh cho tay, cổ tay và ngón tay (vỗ bóng, xoay bóng, tung và chụp bóng).</li> <li>- Các bước di chuyển trong bóng rổ (Đi, chạy, bật nhảy, dừng, quay người).</li> <li>- Kỹ thuật nhồi bóng tại chỗ và di chuyển. (tt)</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>		<p>một số thuật ngữ bóng rổ.</p> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động.</li> <li>2. Thực hiện được kỹ thuật nhồi bóng di chuyển theo địa hình.</li> <li>3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</li> </ol>		<p>thực hành.</p>	<p>Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.</p>	
<p><b>3</b> (3 tiết)</p>	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương V: Kỹ thuật bóng rổ</li> <li>- Kỹ thuật tấn công</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Kỹ thuật ném rổ.</li> <li>- Kỹ thuật nhồi bóng tại chỗ và di chuyển. (tt)</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	<p>(02 LT, 01 TH)</p>	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Phân tích được các kỹ thuật tấn công.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động.</li> <li>2. Thực hiện được kỹ thuật ném rổ.</li> <li>3. Hoàn thiện kỹ thuật nhồi bóng di chuyển.</li> <li>4. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</li> </ol>	<p>CLO3 CLO7 CLO8</p>	<p>Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.</p>	<p>Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.</p>	<p>A1 A2 A3</p>
<p><b>4</b> (3 tiết)</p>	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương V: Kỹ thuật bóng rổ</li> <li>- Kỹ thuật tấn công (tt)</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Di chuyển ném rổ.</li> <li>- Nhồi bóng, dẫn bóng và ném rổ.</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	<p>(02 LT, 01 TH)</p>	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Phân tích được các kỹ thuật tấn công.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hoàn thiện kỹ thuật ném rổ.</li> <li>2. Kết hợp các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</li> </ol>	<p>CLO3 CLO4 CLO8</p>	<p>Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.</p>	<p>Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô</p>	<p>A1 A2 A3</p>

						phòng lại những động tác trên lớp.	
5 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương V: Kỹ thuật bóng rổ</li> <li>- Kỹ thuật phòng thủ</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Tại chỗ ném rổ.</li> <li>- Nhồi bóng, dẫn bóng và ném rổ. (tt)</li> <li>- Kỹ thuật chuyền bóng</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	(02 LT, 01 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được một số chiến thuật phòng thủ.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Thực hiện được kỹ thuật ném rổ.</li> <li>3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
6 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương V: Kỹ thuật bóng rổ</li> <li>- Kỹ thuật phòng thủ (tt)</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Tại chỗ ném rổ.</li> <li>- Kỹ thuật chuyền bóng</li> <li>- Nhồi bóng, dẫn bóng và ném rổ. (tt)</li> <li>- Thể lực.</li> </ul>	(01 LT, 02 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được một số chiến thuật phòng thủ.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng.</li> <li>3. Phát triển các tố chất thể lực.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
7 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương VI: Chiến thuật bóng rổ</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> </ul>	(01 LT, 02 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được một số chiến thuật trong bóng rổ.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi.	A1 A2 A3

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dẫn bóng tốc độ 30m.</li> <li>- Kỹ thuật 2 bước lên rổ.</li> <li>- Đón, bắt bóng, nhồi bóng, dẫn bóng và ném rổ.</li> <li>- Thẻ lục.</li> </ul>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Làm quen với động tác 2 bước lên rổ.</li> <li>3. Phát triển các tố chất thể lực.</li> </ol>		<p>Hướng dẫn phân thực hành.</p>	<p>Thực hành.</p> <p>Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.</p>	
<b>8</b> (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương VII: Phương pháp huấn luyện thể lực và tổ chức thi đấu bóng rổ.</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Dẫn bóng tốc độ 50m.</li> <li>- Kỹ thuật 2 bước lên rổ. (tt)</li> <li>- Ném rổ tại chỗ và di động ném rổ.</li> <li>- Đón, bắt bóng, nhồi bóng, dẫn bóng và ném rổ. (tt)</li> <li>- Thẻ lục.</li> </ul>	(01 LT, 02 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được một số phương pháp huấn luyện thể lực và tổ chức thi đấu bóng rổ.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Hoàn thiện động tác 2 bước lên rổ.</li> <li>3. Phát triển các tố chất thể lực.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	<p>Thuyết giảng;</p> <p>Đặt câu hỏi.</p> <p>Hướng dẫn phân thực hành.</p>	<p>Nghe giảng.</p> <p>Trả lời câu hỏi.</p> <p>Thực hành.</p> <p>Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.</p>	A1 A2 A3
<b>9</b> (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương VIII: Những điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài.</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Dẫn bóng tốc độ 84m.</li> <li>- Di chuyển đón - bắt bóng - ném rổ.</li> <li>- Di chuyển đón - bắt bóng - 2 bước lên rổ</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	(01 LT, 02 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trình bày được một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, sự kiên trì và tính kỷ luật.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO5 CLO7 CLO8	<p>Thuyết giảng;</p> <p>Đặt câu hỏi.</p> <p>Hướng dẫn phân thực hành.</p>	<p>Nghe giảng.</p> <p>Trả lời câu hỏi.</p> <p>Thực hành.</p> <p>Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô</p>	A1 A2 A3

			3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.			phóng lại những động tác trên lớp.	
10 (3 tiết)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chương IX: Tổng hợp các chấn thương thường và cách phòng tránh chấn thương.</li> </ul> <p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Dẫn bóng tốc độ 84m.</li> <li>- Ném rổ tại chỗ, di động ném rổ, 2 bước lên rổ.</li> <li>- Thẻ lực.</li> </ul>	(01 LT, 02 TH)	<p><b>Lý thuyết:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Phân loại được các mức độ chấn thương và cách xử lý chấn thương.</li> </ol> <p><b>Thực hành:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, sự kiên trì và tính kỷ luật.</li> <li>3. Phát triển các tố chất thể lực.</li> </ol>	CLO2 CLO3 CLO6 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
11 (3 tiết)	<p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Động tác giả qua người.</li> <li>- Ném rổ tại chỗ, di động ném rổ, 2 bước lên rổ.</li> <li>- Thẻ lực.</li> </ul>	(03 TH)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, sự kiên trì và tính kỷ luật.</li> <li>3. Phát triển các tố chất thể lực.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
12 (3 tiết)	<p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Kiểm tra giữa kỳ (30%).</li> <li>- Động tác giả qua người. (tt)</li> <li>- Ném rổ tại chỗ, di động ném rổ, 2 bước lên rổ.</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	(03 TH)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, kiên trì và kỷ luật.</li> </ol>	CLO3 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành.	A1 A2 A3



			3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.		thực hành.	Tự học: thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	
13 (3 tiết)	<p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Tại chỗ ném rổ, di chuyển ném rổ.</li> <li>- Di chuyển bắt bóng, giăng bóng và 2 bước rổ.</li> <li>- <b>Đấu tập lần 1</b></li> <li>- Trò chơi vận động</li> </ul>	(03 TH)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, kiên trì và kỷ luật.</li> <li>3. Phát triển các kỹ năng lãnh đạo, kỹ năng làm việc nhóm.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
14 (3 tiết)	<p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Tại chỗ ném rổ.</li> <li>- Đón, bắt bóng, nhồi bóng, dẫn bóng, chuyền bóng, ném rổ, 2 bước lên rổ.</li> <li>- <b>Đấu tập lần 2.</b></li> </ul>	(03 TH)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kết hợp và thực hiện được các động tác kỹ thuật với nhau.</li> <li>2. Nâng cao tinh thần tự giác, kiên trì và kỷ luật.</li> <li>3. Phát triển các kỹ năng lãnh đạo, kỹ năng làm việc nhóm.</li> </ol>	CLO3 CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: thực hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	A1 A2 A3
15 (3 tiết)	<p><b>Thực hành:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bài khởi động.</li> <li>- Ôn tập các nội dung kiểm tra thực hành.</li> </ul>	(03 TH)	Thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng rổ cơ bản một cách thuần thục.	CLO4 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phần	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: thực	A1 A2 A3

					thực hành.	hành, mô phỏng lại những động tác trên lớp.	
--	--	--	--	--	------------	---------------------------------------------	--

**(\*) Ghi chú:**

- (3) Số tiết (LT/TH/TT): Xác định số tiết lý thuyết, thực hành, thực tập của từng chương
- (6) PP giảng dạy đạt CĐR: Nêu tên các PP giảng dạy sử dụng trong từng chương để đạt CĐR
- (7) Hoạt động học của SV: Xác định các nội dung SV cần chuẩn bị tại nhà (đọc tài liệu nào, từ trang thứ mấy, LVN để giải quyết BT, làm dự án .....); Hoạt động tại lớp (thảo luận nhóm, làm BT thường xuyên...).

**8. Học liệu:**

**Bảng 8.1. Sách, giáo trình, tài liệu tham khảo**

TT	Tên tác giả	Năm XB	Tên sách, giáo trình, tên bài báo, văn bản	NXB, tên tạp chí/ nơi ban hành VB
<b>Giáo trình chính</b>				
1	Phan Minh Mẫn	2020	Giáo trình bóng rổ	Trường ĐHPT
<b>Sách, giáo trình tham khảo</b>				
2	Nguyễn Trần Phúc - Lê Minh Thiện	2019	Bài giảng lý thuyết phổ tu bóng rổ	Trường đại học TDTT Tp.HCM
3	Đàm Tuấn Khôi - Phạm Thu Thủy	2020	Vệ sinh học TDTT	NXB TDTT
4	Nguyễn Ngọc Hải - Lê Minh Chí - Nguyễn Thị Minh Cẩm	2016	Giáo trình bóng rổ	Đại học quốc gia Tp.HCM
5	Nguyễn Toán - Nguyễn Sĩ Hà	2004	Giáo trình lý luận và phương pháp thể dục thể thao,	Trường đại học sư phạm TDTT.

**Bảng 8.2. Danh mục địa chỉ website để tham khảo khi học HP**

TT	Nội dung tham khảo	Link trang web	Ngày cập nhật
1	Lý thuyết bóng rổ	<a href="http://fbs.upt.edu.vn/">http://fbs.upt.edu.vn/</a>	23/06/2021
2	Luật và phương pháp trọng tài	<a href="https://bongroTV.net/">https://bongroTV.net/</a>	23/06/2021

**9. Rubric đánh giá chi tiết.**

CĐR	Tiêu chí	Tỷ lệ (%)	Mức chất lượng				Điểm
			Tốt (10)	Khá (8)	Trung Bình (6)	Yếu (<4)	
<b>Đánh giá thường xuyên</b>							
CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	Tham dự lớp học	10	Đi học đầy đủ	Nghỉ 1 buổi	Nghỉ 2 buổi	Nghỉ 2 buổi trở lên	

Kiểm tra giữa kỳ							
CLO1	Dẫn	30	Nam: $\leq 20s$ Nữ: $\leq 30s$	Nam: (20-22s] Nữ: (30-32s]	Nam: (22-24s] Nữ: (32-34s]	Nam: (24-26s] Nữ: (34-36s]	
CLO2	bóng tóc						
CLO3	độ 84m						
Kiểm tra cuối kỳ							
CLO2	Ném rổ tại chỗ (10 quả)	60	Thành tích + Kỹ thuật =10	Thành tích + Kỹ thuật = 8	Thành tích + Kỹ thuật = 6	Thành tích + Kỹ thuật = 4	
CLO7							
CLO8							

**Trưởng khoa/Ngành**



**GS.TS. Lê Minh Huyền**

Bình Thuận, ngày 10 tháng 6 năm 2021  
**Người biên soạn**



**ThS. Phan Minh Mẫn**