

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: 190061	1.2 Tên học phần: Giáo dục thể chất 2
1.3 Ký hiệu học phần:	1.4 Tên tiếng Anh: Physical Education 2
1.5 Số tín chỉ:	01
1.6 Phân bố thời gian:	
- Lý thuyết:	6 tiết
- Thực hành:	24 tiết
- Tự học:	20 tiết
1.7 Các giảng viên phụ trách học phần:	
- Giảng viên phụ trách chính:	CN. Nguyễn Quang Trung
- Danh sách giảng viên cùng giảng dạy:	ThS. Phan Minh Mẫn
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 TDTT thường xuyên. Phân biệt được môn thể thao đối kháng không trực tiếp, khởi động chung và khởi động chuyên môn. Hiểu và vận dụng được một số động tác kỹ thuật bóng chuyền cơ bản như: chuyền bóng, phát bóng, đập bóng và chắn bóng. Hiểu được một số điều luật bóng chuyền cơ bản; 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 tính kiên trì, kỷ luật...

2.2. Mục tiêu HP cụ thể

2.2.1. Về kiến thức:

- Nắm được các giai đoạn thực hiện động tác kỹ thuật bóng rổ cơ bản:

+ Chuyền bóng

+ Đệm bóng

+ Phát bóng

+ Đập bóng

+ Chắn bóng

2.2.2. Về kỹ năng:

- Thực hiện tốt một số động tác kỹ thuật bóng chuyền cơ bản như: chuyền bóng, phát bóng, đập bóng và chắn bóng.

- Phát triển các kỹ năng như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo, tính kiên trì và kỷ luật...

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 2”

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	Hiểu và vận dụng được nguyên tắc khởi động chung và khởi động chuyên môn trong tập luyện TDTT.
CLO2	Thực hiện động tác kỹ thuật chuyên bóng.
CLO3	Thực hiện động tác kỹ thuật phát bóng.
CLO4	Thực hiện động tác kỹ thuật đập bóng và chắn bóng.
CLO5	Phát triển được các tố chất thể lực như: nhanh, mạnh, bền, khả năng phối hợp vận động và mềm dẻo.
CLO6	Có ý thức tự tập luyện TDTT thường xuyên nhằm phát triển các kỹ năng như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo, tính kiên trì và kỷ luật.

4. Mô tả tóm tắt nội dung học phần

- Giới thiệu sơ lược về lịch sử môn bóng chuyên
- Hiểu và vận dụng được các động tác kỹ thuật bóng chuyên cơ bản trong tập luyện và thi đấu như: chuyên bóng, phát bóng, đập bóng và chắn bóng.
- Giới thiệu với sinh viên một số các điều luật cơ bản và cách thức thi đấu.
- Tổ chức các trận thi đấu tập cho sinh viên. 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 thể thao trong sinh viên.

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

(Khoa chuyên môn tự điều chỉnh mối liên hệ giữa CĐR HP (CLO) và CĐR 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 CĐR HP (CLO) đến CĐR của CTĐT (PLO)

PLO	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
CLO1											
CLO2											
CLO3											
CLO4											
CLO5											
CLO6											

Tổng hợp 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	Hiểu và vận dụng được nguyên tắc khởi động chung và khởi động chuyên môn trong tập luyện TĐTT.	X	X		X
CLO2	Thực hiện kỹ thuật chuyên bóng.	X	X		X
CLO3	Thực hiện kỹ thuật phát bóng, đệm bóng.	X	X	X	X
CLO4	Thực hiện kỹ thuật chắn bóng và đập bóng	X	X		X
CLO5	Phát triển được các tố chất thể lực như: nhanh, mạnh, bền, khả năng phối hợp vận động và mềm dẻo.	X	X		X
CLO6	Có ý thức tự tập luyện TĐTT thường xuyên nhằm phát triển các kỹ năng như: kỹ năng làm việc nhóm, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo, tính kiên trì và kỷ luật...	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	Không	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%	- GV đánh giá qua các tiêu chí (công khai) bao gồm: thông tin về kiến thức trọng	Không	X	CLO2 CLO6	Giảng viên đánh giá qua nội dung thi thực hành giữa kỳ (công khai).

		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 chuyên bóng và phát bóng	Không	X	CLO3	Giảng viên đánh giá qua nội dung thi thực hành cuối kỳ (công khai).

b. Chính sách đối với HP

SV tham dự $\geq 80\%$ số buổi của HP. Nếu nghỉ $> 20\%$ số buổi sẽ không được dự thi kết thúc HP. Điểm chuyên cần và điểm kiểm tra giữa kỳ phải ≥ 4 điểm (theo thang điểm 10) mới được dự thi kết thúc học phần.

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)	CĐR của bài học (chương)/ chủ đề	Liên quan đến CĐR nào ở bảng 3.1	PP giảng dạy đạt CĐR	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)	Thực hành: - Bài khởi động. - Làm quen với bóng, tạo cảm giác, sức mạnh cho tay, cổ tay và ngón tay. - Các bước di chuyển trong bóng chuyền. - Thực hiện kỹ thuật chuyên bóng. - Trò chơi vận động.	(3 TH)	1. Trình bày được các kỹ thuật bóng chuyền cơ bản. 2. Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động. 3. Phân tích và thực hiện được kỹ thuật chuyên bóng. 4. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.	CLO2 CLO3 CLO4 CLO5	PP sư phạm, PP hỏi – đáp, PP trực quan, PP tập luyện.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học	A1 A2

<p>2 (3 tiết)</p>	<p>Thực hành: - Bài khởi động. - Các bước di chuyển trong bóng chuyền. - Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng. - Giới thiệu kỹ thuật phát bóng. - Trò chơi vận động.</p>	<p>(3 TH)</p>	<p>1. Nhận biết một số điều luật và thuật ngữ cơ bản trong bóng chuyền. 2. Hiểu và vận dụng được một số chiến thuật tấn công và phòng thủ trong bóng chuyền. 3. Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng và phân tích được kỹ thuật phát bóng.</p>	<p>CLO2 CLO3 CLO4 CLO5</p>	<p>PP sư phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP kiểm tra đánh giá.</p>	<p>Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.</p>	<p>A1 A2</p>
<p>3 (3 tiết)</p>	<p>Thực hành: - Bài khởi động. - Giới thiệu cách thức tổ chức 1 giải đấu và trọng tài. - Các bước di chuyển trong bóng chuyền. (tt) - Di chuyển chuyền bóng qua lưới. - Kỹ thuật phát bóng. - Thẻ lực.</p>	<p>(3 TH)</p>	<p>1. Ứng dụng được phương pháp trọng tài trong tổ chức thi đấu. 2. Nhận biết cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu bóng chuyền. 3. Kết hợp di chuyển với kỹ thuật chuyền bóng. 4. Hoàn thiện kỹ thuật phát bóng và phát triển các tố chất thể lực.</p>	<p>CLO2 CLO3 CLO4 CLO5</p>	<p>PP sư phạm, PP trực quan, PP tập luyện.</p>	<p>Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.</p>	<p>A1 A2 A3</p>
<p>4 (3 tiết)</p>	<p>Thực hành: - Bài khởi động. - Di chuyển chuyền bóng qua lưới. (tt) - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ ½ sân qua lưới vào sân. - Trò chơi vận động.</p>	<p>(3 TH)</p>	<p>1. Nhận biết được kỹ thuật trong tấn công và phòng thủ. 2. Kết hợp các động tác kỹ thuật di chuyển, chuyền bóng và phát bóng. 3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.</p>	<p>CLO2 CLO3 CLO4 CLO5</p>	<p>PP sư phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.</p>	<p>Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.</p>	<p>A1 A2 A3</p>

5 (3 tiết)	Thực hành: - Bài khởi động. - Di chuyển chuyền bóng qua lại. - Củng cố kỹ thuật phát bóng từ ½ sân qua lưới vào sân. - Giới thiệu kỹ thuật đập bóng. - Trò chơi vận động.	(3 TH)	1. Kết hợp các động tác kỹ thuật di chuyển, chuyền bóng và phát bóng. 2. Phân tích được kỹ thuật đập bóng. 3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động và các kỹ năng khác.	CLO2 CLO4 CLO5	PP su phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học..	A1 A2 A3
6 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật đập bóng. - Phối hợp kỹ thuật chuyền 1 và chuyền 2. - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ ¾ sân qua lưới. - Trò chơi vận động.	(3 TH)	1. Kết hợp các động tác kỹ thuật chuyền bóng. 2. Phân tích thực hiện được kỹ thuật đập bóng. 3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	PP su phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học..	A1 A2 A3
7 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật đập bóng. (tt) - Di chuyển đệm bóng – chuyền bóng – đập bóng. - Giới thiệu kỹ thuật chắn bóng - Đấu tập 1.	(3 TH)	1. Thực hiện kết hợp các động tác kỹ thuật di chuyển, đệm bóng, chuyền bóng và đập bóng. 2. Hoàn thiện kỹ thuật đập bóng 3. Phân tích được kỹ thuật chắn bóng. 4. Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và kỹ năng giao tiếp, kỹ năng kiên trì và kỷ luật.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	PP su phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.	A1 A2 A3
8 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật chắn bóng. - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ cuối sân qua lưới. - Chuyền bóng và đệm bóng tại chỗ. - Đấu tập 2.	(3 TH)	1. Hoàn thiện kỹ thuật chắn bóng. 2. Kết hợp các động tác kỹ thuật với nhau. 3. Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và kỹ năng giao tiếp, kỹ năng kiên trì và kỷ luật.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	PP su phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.	A1 A2 A3

9 (3 tiết)	Thực hành: - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ cuối sân qua lưới. - Chuyên bóng và đệm bóng tại chỗ (tt) - Đấu tập 3.	(3 TH)	1. Kết hợp các động tác kỹ thuật với nhau. 2. Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và kỹ năng giao tiếp, kỹ năng kiên trì và kỷ luật.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	PP sư phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học.	A1 A3
10 (3 tiết)	Thực hành: - Ôn tập nội dung kiểm tra: + Chuyên bóng + Đệm bóng + Phát bóng - Đấu tập 4.	(3 TH)	1. Thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng chuyên cơ bản. 2. Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và kỹ năng giao tiếp, kỹ năng kiên trì và kỷ luật.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	PP sư phạm, PP trực quan, PP tập luyện, PP làm việc nhóm.	Tích cực tham gia tập luyện; Tự tập luyện sau giờ học..	A1 A3
	Kiểm tra cuối kỳ (thực hành)						

(*) 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 CDR: Nêu tên các PP giảng dạy sử dụng trong từng chương để đạt CDR.
- (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
Giáo trình chính				
1	ThS. Nguyễn Hoàng Thiện ThS. Phan Minh Mẫn	2021	Giáo trình môn bóng chuyên.	Trường ĐHPT
Sách, giáo trình tham khảo				
2	Trường ĐH TĐTT TP.HCM	2010	Giáo trình kỹ thuật Bóng Chuyên - 2010, Ủy Ban TĐTT. Luật Bóng Chuyên. Hà Nội	NXB TĐTT
3	Nguyễn Viết Minh	2003	Giáo trình bóng chuyên	NXB ĐHSP

4	Nguyễn Hữu Hùng	2001	Huấn luyện thể lực cho vận động viên bóng chuyền	NXB TĐTT
5	Liên đoàn bóng chuyền Việt Nam	1998	108 câu hỏi và trả lời luật bóng chuyền	NXB TĐTT
6	UBTĐTT	2003	Luật bóng chuyền	NXB TĐTT

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

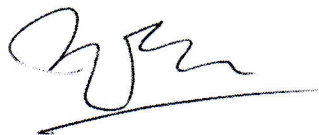
TT	Nội dung tham khảo	Link trang web	Ngày cập nhật
1	Lý thuyết bóng chuyền	http://fbs.upt.edu.vn/	23/06/2021
2	Luật thi đấu bóng chuyền hơi	https://vfv.org.vn/	12/03/2021
3	Cách chơi bóng chuyền và chiến thuật trong thi đấu.	https://www.facebook.com/VFVmedia/	23/06/2021
4	Luật bóng chuyền	https://webthethao.vn/bong-chuyen/luat-thi-dau-bong-chuyen-moi-nhat-cua-ldbc-viet-nam-ObG6hyWGR.htm	25/06/2020

9. Rubric đánh giá chi tiết.

CĐR	Tiêu chí	Tỷ lệ (%)	Mức chất lượng				Điểm
			Tốt (10)	Khá (7)	Trung Bình (4)	Yếu (<4)	
Đánh giá thường xuyên							
CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO5	Tham dự lớp học	10	Đi học đầy đủ	Nghi 1 buổi	Nghi 2 buổi	Nghi 2 buổi trở lên	
Kiểm tra giữa kỳ							
CLO2 CLO6	Theo thang điểm 10 dựa trên thành tích đạt được	30	Tham gia 3 buổi đấu tập trở lên	Tham gia 2 buổi đấu tập.	Tham gia 1 buổi đấu tập.	Không tham đấu tập.	
Kiểm tra cuối kỳ							
CLO3	Theo thang điểm 10 dựa trên thành tích đạt được	60	Thành tích + Kỹ thuật = 10	Thành tích + Kỹ thuật = 8	Thành tích + Kỹ thuật = 6	Thành tích + Kỹ thuật = 4	

Bình Thuận, ngày 17 tháng 4 năm 2024
Người biên soạn

Trưởng khoa/Ngành



TS. Nguyễn Minh Tâm



Nguyễn Quang Trung