

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: GDTC2	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 (thực hành tại nhà):	30 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

Trang bị cho sinh viên sơ lược về lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chuyền. Phân tích và thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng chuyền cơ bản như: chuyền bóng, phát bóng, đập bóng và chắn bóng. Nhận biết một số điều luật bóng chuyền 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 bóng chuyền. 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 lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chuyền.
- Thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng chuyền từ cơ bản đến nâng cao.
- Nhận biết một số điều luật bóng chuyền 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 bóng chuyền.

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 chuyền.
- 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 chuyền.

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	Trình bày khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chuyền; các nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí trong bóng chuyền.
CLO2	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng và phát bóng.
CLO3	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật đập bóng và chắn bóng.
CLO4	Hiểu và vận dụng được một số chiến thuật trong tấn công và phòng thủ trong bóng chuyền.
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 chuyền.
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 môn bóng chuyền: Lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chuyền; lợi ích của việc tập luyện thể dục thể thao nói chung và bóng chuyền nói riêng; các động tác kỹ thuật bóng chuyền cơ bản đến nâng cao; cách phòng tránh và sơ cứu chấn thương; biết một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài; lập kế hoạch và tổ chức một giải thi đấu bóng chuyền. Hình thành và 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 ...Nâng cao ý thức tự tập luyện các động tác kỹ thuật.

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)

CĐR học phần/ CĐR 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 khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chày; các nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí trong bóng chày.	X	X		X
CLO2	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật chuyên bóng và phát bóng.	X	X	X	X
CLO3	Phân tích và thực hiện được kỹ thuật đập bóng và chắn bóng.	X	X		X
CLO4	Hiểu và vận dụng được một số chiến thuật trong tấn công và phòng thủ trong bóng chày.	X			X
CLO5	Hiểu và vận dụng một số điều luật cơ bản và phương pháp trọng tài.	X	X		X
CLO6	Nhận biết cách phòng tránh và xử lý các chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu bóng chày.	X	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

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
------	--	---	---	---	---

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%	- 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,;		X	CLO2 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 chuyên bóng và phát bóng		X	CLO2 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)	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)	<p>Lý thuyết:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sinh hoạt nội quy, quy chế môn học. - Lịch sử hình thành môn bóng chuyền thế giới và ở Việt Nam. - Giới thiệu các kỹ thuật bóng chuyền cơ bản. - Các vị trí cơ bản trong bóng chuyền. <p>Thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 chuyền bóng. - Trò chơi vận động. 	(2 LT, 1 TH)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trình bày khái quát lịch sử hình thành và phát triển của môn bóng chuyền; nhiệm vụ trọng tâm của từng vị trí. 2. Trình bày được các kỹ thuật bóng chuyền cơ bản. 3. Thích nghi với khối lượng và cường độ vận động. 4. Phân tích và thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng. 5. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động. 	CLO1 CLO2 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phân thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; tự thực hành chơi bóng chuyền	A1 A2 A3
2 (3 tiết)	<p>Lý thuyết:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Một số điều luật cơ bản và thuật ngữ về các lỗi/luật trong bóng chuyền - Chiến thuật tấn công và phòng thủ trong bóng chuyền. - Kỹ thuật phát bóng. <p>Thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bài khởi động. - Các bước di chuyển trong bóng chuyền. - Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng. 	(2 LT, 1 TH)	<ol style="list-style-type: none"> 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. 	CLO1 CLO2 CLO4 CLO6 CLO7 CLO8	Thuyết giảng; Đặt câu hỏi. Hướng dẫn phân thực hành.	Nghe giảng. Trả lời câu hỏi. Thực hành. Tự học: ôn lại và tìm hiểu thêm về lý thuyết; tự thực hành chơi	A1 A2 A3

	<ul style="list-style-type: none"> - Giới thiệu kỹ thuật phát bóng. - Trò chơi vận động. 					bóng chuyền	
3 (3 tiết)	<p>Lý thuyết:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phương pháp trọng tài và cách thức tổ chức 1 giải đấu. <p>Thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bài khởi động. - Các bước di chuyển trong bóng chuyền. (tt) - Di chuyển chuyền bóng qua lưới. - Kỹ thuật phát bóng. - Thẻ lực. 	(2 LT, 1 TH)	<ol style="list-style-type: none"> 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. 	CLO2 CLO5 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; tự thực hành chơi bóng chuyền	A1 A2 A3
4 (3 tiết)	<p>Lý thuyết:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tổng hợp các chấn thương thường gặp trong bóng chuyền và cách phòng tránh. <p>Thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	(1 LT, 2 TH)	<ol style="list-style-type: none"> 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. 	CLO2 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; tự thực hành chơi bóng chuyền	A1 A2 A3

5 (3 tiết)	Thực hành: - Bài khởi động. - Di chuyển chuyên 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, chuyên 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 CLO3 CLO7 CLO8	Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Thực hành. Tự học: tự thực hành chơi bóng chuyên	A1 A2 A3
6 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật đập bóng. - Phối hợp kỹ thuật chuyên 1 và chuyên 2. - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ 2/3 sân qua lưới. - Trò chơi vận động.	(3 TH)	1. Kết hợp các động tác kỹ thuật chuyên bóng. 2. Phân tích thực hiện được kỹ thuật đập bóng. 3. Phát triển tư duy và phản xạ trong trò chơi vận động.	CLO2 CLO3 CLO7 CLO8	Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Thực hành. Tự học: tự thực hành chơi bóng chuyên	A1 A2 A3
7 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật đập bóng. (tt) - Di chuyển đệm bóng – chuyên bóng – đập bóng. - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ cuối sân qua lưới. - Giới thiệu kỹ thuật chắn bóng - Đấu tập.	(3 TH)	1. Thực hiện kết hợp các động tác kỹ thuật di chuyển, đệm bóng, chuyên 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.	CLO2 CLO3 CLO7 CLO8	Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Thực hành. Tự học: tự thực hành chơi bóng chuyên	A1 A2 A3
8 (3 tiết)	Thực hành: - Kỹ thuật chắn bóng. - Thực hiện kỹ thuật phát bóng từ cuối sân qua lưới. (tt) - Chuyên bóng và đệm bóng tại chỗ. - Đấu tập.	(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.	CLO2 CLO3 CLO7 CLO8	Hướng dẫn phần thực hành.	Nghe giảng. Thực hành. Tự học: tự thực hành chơi bóng chuyên	A1 A2 A3



9 (3 tiết)	Thực hành: - Ôn tập nội dung kiểm tra: + Chuyên bóng + Đệm bóng + Phát bóng - Đấu tập.	(3 TH)	1. Thực hiện được các động tác kỹ thuật bóng chuyền cơ bản. 2.. Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và kỹ năng giao tiếp, kỹ năng kiên trì và kỷ luật.	CLO2 CLO3 CLO7 CLO8	Hướng dẫn ôn tập	Nghe giảng. Thực hành. Tự học: tự thực hành chơi bóng chuyền	A1 A2 A3
10 (3 tiết)	- Kiểm tra cuối kỳ (thực hành)	(3 TH)	1. Phân tích và thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng. 2. Phân tích và thực hiện được kỹ thuật phát bóng.	CLO2 CLO7 CLO8	Đánh giá học phần	Thực hành	A1 A2 A3

(*) 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 chuyền.	Trường ĐHPT
Sách, giáo trình tham khảo				
2	Trường ĐH TĐTT TP.HCM	2010	Giáo trình kỹ thuật Bóng Chuyền - 2010, Ủy Ban TĐTT. Luật Bóng Chuyền. Hà Nội	NXB TĐTT
3	Nguyễn Viết Minh	2003	Giáo trình bóng chuyền	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 chuyên hơi	https://vfv.org.vn/	12/03/2021
3	Cách chơi bóng chuyên và chiến thuật trong thi đấu.	https://www.facebook.com/VFVmedia/	23/06/2021
4	Luật bóng chuyên	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 (10-9)	Khá (8.5-7)	Trung Bình (6.5-4)	Yếu (<4)	
Đánh giá thường xuyên							
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 CLO2 CLO3	Theo thang điểm 10 dựa trên thành tích đạt được	30	Tham gia 2 buổi đầu tập trở lên	Tham gia 2 buổi đầu tập.	Tham gia 1 buổi đầu tập.	Không tham gia buổi đầu tập.	
Kiểm tra cuối kỳ							
CLO2 CLO7 CLO8	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	

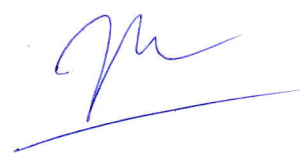
Trưởng khoa/Ngành



GS.TS. Lê Minh Huyền

Bình Thuận, ngày 24 tháng 02 năm 2022

Người biên soạn



ThS. Phan Minh Mẫn