

**BỘ CÔNG THƯƠNG
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SAO ĐỎ**

**ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN
GIÁO DỤC THỂ CHẤT 2**

Số tín chỉ: 1

Trình độ đào tạo: Đại học

Ngành đào tạo: Dành chung cho các ngành

Năm 2020

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

Trình độ đào tạo: Đại học

Ngành đào tạo: dùng chung cho các ngành

- 1. Tên học phần:** Giáo dục thể chất 2.
- 2. Mã học phần:** GDTC 102.
- 3. Số tín chỉ:** 01 (0,1).
- 4. Trình độ cho sinh viên:** Năm thứ hai.
- 5. Phân bổ thời gian:** 30 tiết thực hành.
- 6. Điều kiện tiên quyết:** Hoàn thành nội dung GDTC1.
- 7. Giảng viên:**

STT	Học hàm, học vị, họ tên	Số điện thoại	Email
1	ThS. Hà Đình Soát	0936.678.105	hdsoat@gmail.com
2	ThS. Phạm Anh Dũng	0395.594.865	phamanhdungsd@gmail.com
3	ThS. Vũ Tiến Hiếu	0789.259.568	tienhieuhd86@gmail.com
4	ThS. Nguyễn Đức Thuấn	0989.246.030	thuansdhd@gmail.com
5	ThS. Quán Thanh Tùng	0966.781.269	quanthanhtungcl@gmail.com

8. Mô tả nội dung của học phần:

Nội dung của học phần bao gồm những kiến thức cơ bản về lịch sử hình thành và phát triển, các quy định về sân bãi, dụng cụ thi đấu, luật thi đấu, phương pháp tổ chức thi đấu và một số kỹ thuật cơ bản của các môn thể thao. Bóng đá: kỹ thuật đá bóng bằng má trong bàn chân; bóng chuyền: kỹ thuật chuyền bóng thấp tay; bóng chuyền hơi: kỹ thuật chuyền bóng thấp tay; bóng rổ: kỹ thuật tại chỗ ném rổ; cầu lông: kỹ thuật phát cầu thuận, trái tay. Các bài tập phát triển thể lực chung và thể lực chuyên môn của từng môn.

9. Mục tiêu và chuẩn đầu ra học phần:

9.1. Mục tiêu

Mục tiêu học phần thỏa mãn mục tiêu của chương trình đào tạo:

Mục tiêu	Mô tả	Mức độ theo thang đo Bloom	Phân bổ mục tiêu học phần trong CTĐT
MT1	Kiến thức		
MT1.1	Trình bày được kiến thức cơ bản về kỹ thuật môn thể thao đăng ký.	2	[1.2.1.1a]
MT1.2	Trình bày được kiến thức cơ bản về luật môn thể thao đăng ký, cách tổ chức tập luyện, thi đấu, công tác trọng tài.	2	
MT1.3	Mô tả được các tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên.	2	

Mục tiêu	Mô tả	Mức độ theo thang đo Bloom	Phân bổ mục tiêu học phần trong CTĐT
MT2	Kỹ năng		
MT2.1	Thực hành được kỹ thuật cơ bản của môn thể thao đăng ký. Vận dụng kỹ thuật đã học vào trong tập luyện, thi đấu.	4	[1.2.2.2]
MT2.2	Tự đánh giá kết quả tập luyện của bản thân và sinh viên khác một cách tương đối chính xác.	3	
MT3	Mức tự chủ và trách nhiệm		
MT3.1	Có năng lực làm việc độc lập, sáng tạo, làm việc theo nhóm.	3	[1.2.3.1]
MT3.2	Chịu trách nhiệm với các nhiệm vụ được phân công.	4	

9.2. Chuẩn đầu ra

Sự phù hợp của chuẩn đầu ra học phần với chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo:

CDR học phần	Mô tả	Thang đo Bloom	Phân bổ CDR học phần trong CTĐT
CDR1	Kiến thức		
CDR1.1	Trình bày được những kiến thức cơ bản về kỹ thuật của môn thể thao đăng ký.	2	[2.1.1]
CDR1.2	Trình bày được kiến thức cơ bản về luật môn thể thao đăng ký. Biết tổ chức tập luyện, thi đấu, công tác trọng tài.	2	
CDR1.3	Mô tả được các tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên.	2	
CDR2	Kỹ năng		
CDR2.1	Thao tác đúng kỹ thuật cơ bản môn thể thao đăng ký. Vận dụng kỹ thuật đã học vào trong tập luyện, thi đấu.	3	[2.2.4]
CDR2.2	Tự đánh giá kết quả tập luyện của bản thân và sinh viên khác một cách tương đối chính xác.	3	
CDR3	Mức tự chủ và trách nhiệm		
CDR3.1	Sinh viên có năng lực: tập luyện độc lập, tập luyện theo nhóm.	3	[2.3.1]
CDR3.2	Có thái độ nghiêm túc trong tập luyện, thi đấu và chịu trách nhiệm với các nhiệm vụ được phân công.	4	

10. Ma trận liên kết nội dung với chuẩn đầu ra học phần:

Bài	Nội dung bài	Chuẩn đầu ra của học phần						
		CDR 1			CDR 2		CDR 3	
		CDR 1.1	CDR 1.2	CDR 1.3	CDR 2.1	CDR 2.2	CDR 3.1	CDR 3.2
NỘI DUNG: BÓNG CHUYỀN								
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên	x					x	
2	Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN TRONG NHÀ 1. Luật sân bãi, dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu		x		x	x	x	x
3	Bài 3: KỸ THUẬT CHUYỀN BÓNG THẤP TAY 1. Tư thế chuẩn bị 2. Đánh bóng 3. Kết thúc động tác		x		x	x	x	x
4	Bài 4: KỸ THUẬT CHUYỀN BÓNG THẤP TAY NÂNG CAO 1. Tư thế chuẩn bị 2. Đánh bóng 3. Kết thúc động tác		x		x	x	x	x
NỘI DUNG: BÓNG CHUYỀN HƠI								
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên	x					x	x
2	Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG HƠI 1. Luật sân bãi, dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu		x		x	x	x	x
3	Bài 3: KỸ THUẬT CHUYỀN BÓNG THẤP TAY 1. Tư thế chuẩn bị 2. Đánh bóng 3. Kết thúc động tác	x		x	x	x	x	x
4	Bài 4: KỸ THUẬT PHÁT BÓNG CAO TAY 1. Giai đoạn chuẩn bị 2. Giai đoạn phát bóng 3. Giai đoạn kết thúc	x		x	x	x	x	x
NỘI DUNG: BÓNG ĐÁ								
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN	x					x	x

Bài	Nội dung bài	Chuẩn đầu ra của học phần						
		CDR 1			CDR 2		CDR 3	
		CDR 1.1	CDR 1.2	CDR 1.3	CDR 2.1	CDR 2.2	CDR 3.1	CDR 3.2
	1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên							
2	Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG ĐÁ 11 NGƯỜI 1. Luật sân bãi, dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu	x		x	x	x	x	x
3	Bài 3: KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MÁ TRONG BÀN CHÂN 1. Chạy đà 2. Đặt chân trụ 3. Vung chân lăng 4. Tiếp xúc bóng 5. Kết thúc động tác	x		x	x	x	x	x
NỘI DUNG: BÓNG RỔ								
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên	x					x	x
2	Bài 2: KỸ THUẬT BÓNG RỔ 1. Kỹ thuật bóng rổ 2. Kỹ thuật di chuyển 3. Kỹ thuật chuyền bóng, bắt bóng 4. Kỹ thuật di chuyển, chuyền bắt bóng	x		x	x	x	x	x
3	Bài 3: KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM RỔ 1. Tư thế chuẩn bị 2. Động tác ném rổ 3. Luyện tập kỹ thuật tại chỗ ném rổ	x		x	x	x	x	x
NỘI DUNG: CẦU LÔNG								
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò, ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của sinh viên 3. Tiêu chuẩn đánh giá, RLTT cho sinh viên	x					x	x
2	Bài 2: KỸ THUẬT CẦU LÔNG 1. Lịch sử phát triển cầu lông trên thế giới và Việt Nam 2. Kỹ thuật cơ bản của cầu lông 3. Kỹ thuật giao cầu	x		x	x	x	x	x

11. Đánh giá học phần

11.1. Kiểm tra và đánh giá trình độ

Chuẩn đầu ra	Mức độ thành thạo được đánh giá
CĐR1	Thi kết thúc học phần.
CĐR2	Thi kết thúc học phần.
CĐR3	Thi kết thúc học phần.

11.2. Cách tính điểm học phần: Tính theo thang điểm 10 sau đó chuyển thành thang điểm chữ và thang điểm 4

STT	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	Ghi chú
1	Thi kết thúc học phần	1 điểm Thi thực hành	100%	

11.3. Phương pháp đánh giá

Thi kết thúc học phần: Thi thực hành.

12. Yêu cầu học phần

- Yêu cầu về chuyên cần: Sinh viên tham dự ít nhất 80% thời lượng học phần theo quy chế.

- Yêu cầu về thái độ học tập: Chuẩn bị đầy đủ trang phục thể thao trước khi đến lớp. Thực hiện tốt nhiệm vụ được giảng viên phân công.

- Yêu cầu về thực hiện nhiệm vụ về nhà: Sinh viên thực hiện nghiêm túc các nội dung tự học, tự tập luyện ngoại khóa theo sự hướng dẫn của giảng viên

- Yêu cầu về thi kết thúc học phần: Sinh viên thực hiện theo quy chế.

13. Tài liệu phục vụ học phần

- **Tài liệu bắt buộc:**

[1]- Đinh Văn Lãm, Phạm Thế Vượng và Đàm Chính Thống (2006), *Giáo trình bóng chuyền*, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội.

[2]- Tổng cục TĐTT (2018), *Luật bóng chuyền hơi*, NXB Thể thao và Du lịch, Hà Nội.

[3]- *Giáo trình bóng đá* (2011), Đại học Đà Lạt.

[4]- Tổng cục TĐTT (2013), *Luật bóng rổ*, NXB TĐTT, Hà Nội.

[5]- Nguyễn Văn Hồng và Trần Việt Dũng (2008), *Giáo trình cầu lông*, Trường Đại học sư phạm thành phố Hồ Chí Minh.

- **Tài liệu tham khảo:**

[6]- Nguyễn Toán, TS Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nhà xuất bản TĐTT.

[7]- Tổng cục TĐTT (2013), *Luật bóng chuyền và bóng chuyền bãi biển*, NXB TĐTT, Hà Nội.

14. Nội dung chi tiết học phần:

Nội dung: Bóng chuyền

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên nội dung	02 (2 TH)	Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học dựa trên vấn đề	CĐR1.1, CĐR3.1.

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
	<p>chương trình của học phần. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của môn học đối với sự phát triển thể chất của con người. Những tiêu chuẩn trong đánh giá rèn luyện thể lực cho sinh viên.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên 		<p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu: [1]: trang 3 - 21 + Chuẩn bị trang phục học tập. Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. 	
2	<p>Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN TRONG NHÀ</p> <p>Mục tiêu bài: Hiểu và vận dụng được một số điều luật cơ bản của môn bóng chuyền hơi vào trong quá trình tập luyện và thi đấu.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Luật sân bãi, dụng cụ <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Luật sân bãi 1.2. Luật dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu 	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan.</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu: [7]: trang 6 - 147 + Chuẩn bị trang phục học tập. Tích cực khởi động tránh chấn thương. 	CĐR1.2, CĐR2.1, CĐR2.2, CĐR3.1, CĐR3.2.
3	<p>Bài 3: KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG THẤP TAY</p> <p>Mục tiêu bài: Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật chuyên bóng thấp tay.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tư thế chuẩn bị <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Tư thế cao 1.2. Tư thế trung bình 1.3. Tư thế thấp 2. Đánh bóng <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Hình tay 	14 (14 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan.</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu: [1]: trang 68-70 + Chuẩn bị trang phục học 	CĐR1.2, CĐR2.1, CĐR2.2, CĐR3.1, CĐR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CDR học phần
	2.2. Tiếp xúc bóng 3. Kết thúc động tác		tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Luyện tập tích cực	
4	Bài 4: KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG THẤP TAY NÂNG CAO Mục tiêu bài: Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật chuyên bóng thấp tay nâng cao. Nội dung cụ thể: 1. Tư thế chuẩn bị 1.1. Tư thế cao 1.2. Tư thế trung bình 1.3. Tư thế thấp 2. Đánh bóng 2.1. Hình tay 2.2. Tiếp xúc bóng 3. Kết thúc động tác	12 (12 TH)	Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan. - Giảng viên: + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. - Sinh viên: + Đọc trước tài liệu: [1]: trang 70 - 81 + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Luyện tập tích cực	CDR1.2, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.

Nội dung: Bóng chuyên hơi

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CDR học phần
1	Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên nội dung chương trình của học phần. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của môn học đối với sự phát triển thể chất của con người. Những tiêu chuẩn trong đánh giá rèn luyện. Sinh viên vận dụng trong rèn luyện thể chất. Nội dung cụ thể: 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên	02 (2 TH)	Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan. - Giảng viên: + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. - Sinh viên: + Đọc tài liệu [2]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương.	CDR1.1, CDR3.1, CDR3.2.
2	Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN	02 (2 TH)	Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học	CDR1.2, CDR2.1,

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CDR học phần
	<p>BÓNG HƠI</p> <p>Mục tiêu bài: Hiểu và vận dụng được một số điều luật cơ bản của môn bóng chuyền hơi vào trong quá trình tập luyện và thi đấu.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> Luật sân bãi, dụng cụ Luật thi đấu Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu 		<p>dựa trên vấn đề</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc tài liệu [2]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. 	CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.
3	<p>Bài 3: KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG THẤP TAY</p> <p>Mục tiêu bài: Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật chuyên bóng thấp tay.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> Tư thế chuẩn bị <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Tư thế cao 1.2. Tư thế trung bình 1.3. Tư thế thấp Đánh bóng <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Hình tay 2.2. Tiếp xúc bóng Kết thúc động tác 	26 (26 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan.</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. + Thị phạm mẫu động tác. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu: [1]: trang 68-70 + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Nghiêm túc, tự giác trong giờ học. 	CDR1.1, CDR1.3, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.

Nội dung: Bóng đá

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CDR học phần
1	<p>Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN</p> <p>Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên nội dung chương trình của học phần. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của môn học</p>	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học dựa trên vấn đề</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung 	CDR1.1, CDR3.1, CDR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CDR học phần
	<p>đối với sự phát triển thể chất của con người. Những tiêu chuẩn trong đánh giá rèn luyện. Sinh viên vận dụng trong rèn luyện thể chất.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên 		<p>của bài học.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu [6] + Chuẩn bị trang phục học tập. + Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. 	
2	<p>Bài 2: GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG ĐÁ 11 NGƯỜI</p> <p>Mục tiêu bài:</p> <p>Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về luật sân bãi, dụng cụ, trọng tài và tổ chức thi đấu. Sinh viên vận dụng kiến thức vào thực tiễn luyện tập và thi đấu.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Luật sân bãi, dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu 	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học dựa trên vấn đề</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu [6]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Chú ý lắng nghe 	CDR1.1, CDR1.3, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.
3	<p>Bài 3: KỸ THUẬT ĐÁ BÓNG BẰNG MÁ TRONG BÀN CHÂN</p> <p>Mục tiêu bài:</p> <p>Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về kỹ thuật đá bóng bằng má trong bàn chân. Sinh viên vận dụng trong luyện tập và thi đấu, rèn luyện sức khỏe.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Chạy đà 2. Đặt chân trụ 3. Vung chân lăng 4. Tiếp xúc bóng 5. Kết thúc động tác 	26 (26 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan.</p> <p>- Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. + Thị phạm mẫu động tác. <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc trước tài liệu: [3]: trang 16 - 23 + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động 	CDR1.1, CDR1.3, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
			tránh chấn thương. + Nghiêm túc tự giác trong học tập	

Nội dung: Bóng rổ

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
1	<p>Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên nội dung chương trình của học phần. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của môn học đối với sự phát triển thể chất của con người. Những tiêu chuẩn trong đánh giá rèn luyện. Sinh viên vận dụng trong rèn luyện thể chất. Nội dung cụ thể: 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người 3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên</p>	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp. - Giảng viên: + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. - Sinh viên: + Đọc trước tài liệu [4]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Tích cực khởi động tránh chấn thương.</p>	CĐR1.1, CĐR3.1, CĐR3.2.
2	<p>Bài 2: KỸ THUẬT BÓNG RỔ Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về môn bóng rổ, sinh viên nắm được các kỹ thuật cơ bản của môn bóng rổ. Sinh viên vận dụng kiến thức vào thực tiễn luyện tập. Nội dung cụ thể: 1. Kỹ thuật bóng rổ 2. Kỹ thuật di chuyển 3. Kỹ thuật chuyền bóng, bắt bóng 4. Kỹ thuật di chuyển, chuyền bắt bóng</p>	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan. - Giảng viên: + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. - Sinh viên: + Đọc trước tài liệu [4]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương.</p>	CĐR1.1, CĐR1.3, CĐR2.1, CĐR2.2, CĐR3.1, CĐR3.2.
3	<p>Bài 3: KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM RỔ Mục tiêu bài: Trang bị cho sinh viên những kiến</p>	26 (26 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan. - Giảng viên:</p>	CĐR1.1, CĐR1.3, CĐR2.1, CĐR2.2,

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
	<p>thức cơ bản về môn bóng rổ, sinh viên nắm được các kỹ thuật cơ bản của môn bóng rổ. Sinh viên vận dụng kiến thức vào thực tiễn luyện tập.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tư thế chuẩn bị 2. Động tác ném rổ 3. Luyện tập kỹ thuật tại chỗ ném rổ 		<p>+ Trình bày các nội dung của bài học.</p> <p>+ Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề.</p> <p>- Sinh viên:</p> <p>+ Đọc trước tài liệu [4].</p> <p>+ Chuẩn bị trang phục học tập.</p> <p>+ Tích cực khởi động tránh chấn thương.</p> <p>+ Luyện tập tự giác, tích cực, nghiêm túc.</p>	CĐR3.1, CĐR3.2.

Nội dung: Cầu lông

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
1	<p>Bài 1: LÝ THUYẾT NHẬP MÔN</p> <p>Mục tiêu bài:</p> <p>Trang bị cho sinh viên nội dung chương trình của học phần. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của môn học đối với sự phát triển thể chất của con người. Những tiêu chuẩn trong đánh giá rèn luyện. Sinh viên vận dụng trong rèn luyện thể chất.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nội dung chương trình 2. Mục đích, vai trò, ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của sinh viên 3. Tiêu chuẩn đánh giá, RLTT cho sinh viên 	02 (2 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học dựa trên vấn đề</p> <p>- Giảng viên:</p> <p>+ Trình bày các nội dung của bài học.</p> <p>+ Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề.</p> <p>- Sinh viên:</p> <p>+ Đọc tài liệu [5].</p> <p>+ Chuẩn bị trang phục học tập.</p> <p>+ Lắng nghe và giải quyết các vấn đề.</p> <p>+ Tích cực khởi động tránh chấn thương.</p>	CĐR1.1, CĐR3.1, CĐR3.2.
2	<p>Bài 2: KỸ THUẬT CẦU LÔNG</p> <p>Mục tiêu bài:</p> <p>Trình bày được lịch sử phát triển cầu lông trên thế giới và ở Việt Nam. Sinh viên nắm được kỹ thuật cơ bản, các thông số về sân bãi và dụng cụ trong môn cầu lông.</p> <p>Nội dung cụ thể:</p>	28 (28 TH)	<p>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan, dạy học dựa trên vấn đề</p> <p>- Giảng viên:</p> <p>+ Trình bày các nội dung của bài học.</p> <p>+ Nêu vấn đề, hướng</p>	CĐR1.1, CĐR1.3, CĐR2.1, CĐR2.2, CĐR3.1, CĐR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số tiết	Phương pháp dạy-học	CĐR học phần
	<p>1. Lịch sử phát triển cầu lông trên thế giới và Việt Nam</p> <p>1.1. Lịch sử phát triển cầu lông trên thế giới</p> <p>1.2. Lịch sử phát triển cầu lông ở Việt Nam</p> <p>1.3. Giới thiệu sân bãi, dụng cụ trong môn cầu lông</p> <p>2. Kỹ thuật cơ bản của cầu lông</p> <p>2.1. Hệ thống phân loại kỹ thuật cầu lông</p> <p>2.2. Cách cầm cầu, cầm vợt và các tư thế chuẩn bị</p> <p>2.3. Kỹ thuật di chuyển</p> <ul style="list-style-type: none"> - Di chuyển đơn bước - Di chuyển đa bước - Di chuyển bước nhảy <p>3. Kỹ thuật giao cầu</p> <p>3.1. Kỹ thuật giao cầu thuận tay</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tư thế chuẩn bị - Yếu lĩnh động tác - Kết thúc động tác <p>3.2. Kỹ thuật giao cầu trái tay</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tư thế chuẩn bị - Yếu lĩnh động tác - Kết thúc động tác 		<p>dẫn sinh viên giải quyết vấn đề.</p> <p>- Sinh viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Đọc tài liệu [5]. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Lắng nghe và giải quyết các vấn đề. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Luyện tập tự giác, tích cực, nghiêm túc. 	

Hải Dương, ngày 24 tháng 9 năm 2020

**KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

TRƯỞNG KHOA

TRƯỞNG BỘ MÔN



TS. Nguyễn Thị Kim Nguyên

Phạm Thị Hồng Hoa

Nguyễn Đức Thuận