

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

\*\*\*\*\*

**ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN  
GIÁO DỤC THỂ CHẤT  
(Bóng chuyền hơi)**

**Số tín chỉ: 3**

**Trình độ đào tạo: Đại học**

**Ngành đào tạo: Dùng chung cho các ngành**

**Năm 2022**

## 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 (Bóng chuyền hơi).

**2. Mã học phần:** GDTC.

**3. Số tín chỉ:** 03 (0,3).

**4. Trình độ cho sinh viên:** Năm thứ nhất.

**5. Phân bổ thời gian**

- Lên lớp: 0 giờ lý thuyết, 90 giờ thực hành.

- Tự học: 90 giờ.

**6. Điều kiện tiên quyết:** Không

**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

**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 môn bóng chuyền: kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật phát bóng. Các bài tập phát triển thể lực chung và thể lực chuyên môn của môn bóng chuyền.

**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 mục tiêu	Mức độ theo thang đo Bloom	Đáp ứng mục tiêu của CTĐT
MT1	<b>Kiến thức</b>		
MT1.1	Diễn giải được kiến thức cơ bản về kỹ thuật môn bóng chuyền.	2	[1.2.1.1a]
MT1.2	Diễn giải 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	

<b>Mục tiêu</b>	<b>Mô tả mục tiêu</b>	<b>Mức độ theo thang đo Bloom</b>	<b>Đáp ứng mục tiêu của CTĐT</b>
<b>MT2</b>	<b>Kỹ năng</b>		
MT2.1	Thực hành được kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền. 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	
<b>MT3</b>	<b>Mức tự chủ và trách nhiệm</b>		
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:

<b>CDR học phần</b>	<b>Mô tả CDR học phần</b>	<b>Mức độ theo thang đo Bloom</b>	<b>Đáp ứng CDR của CTĐT</b>
<b>CDR1</b>	<b>Kiến thức</b>		
CDR1.1	Diễn giải được những kiến thức cơ bản về kỹ thuật của môn bóng chuyền.	2	[2.1.1]
CDR1.2	Diễn giải được kiến thức cơ bản về luật môn bóng chuyền. 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	
<b>CDR2</b>	<b>Kỹ năng</b>		
CDR2.1	Thực hiện đúng kỹ thuật cơ bản môn bóng chuyền. 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	
<b>CDR3</b>	<b>Mức tự chủ và trách nhiệm</b>		
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 học phần	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	<b>Bài 1. LÝ THUYẾT NHẬP MÔN</b> 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			3	
2	<b>Bài 2. GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN</b> 1. Luật sân bãi, dụng cụ 2. Luật thi đấu 3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu		2		3	3	3	4
3	<b>Bài 3. KỸ THUẬT CHUYỀN BÓNG THẤP TAY</b> 1. Tư thế chuẩn bị 2. Đánh bóng 3. Kết thúc động tác	2			3	3	3	4
4	<b>Bài 4. KỸ THUẬT PHÁT BÓNG CAO TAY</b> 1. Giai đoạn chuẩn bị 2. Giai đoạn phát bóng 3. Giai đoạn kết thúc	2			3	3	3	4

### 11. Đánh giá học phần

#### 11.1. Ma trận phương pháp kiểm tra đánh giá với chuẩn đầu ra học phần

STT	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	Phương pháp kiểm tra đánh giá (Hình thức, thời gian, thời điểm)	CDR của học phần			Ghi chú
					CDR1	CDR2	CDR3	
1	Điểm chuyên cần.	01 điểm	20%	- Đánh giá thái độ tham gia học tập	CDR1.1; CDR1.2; CDR1.3.	CDR2.1.	CDR3.1; CDR3.2.	Điểm trung bình

STT	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	Phương pháp kiểm tra đánh giá (Hình thức, thời gian, thời điểm)	CĐR của học phần			Ghi chú
					CĐR1	CĐR2	CĐR3	
				và hiện diện trên lớp				của các lần đánh giá.
	Điểm kiểm tra kết thúc.	01 điểm	80%	- Thực hành - 90 phút	CĐR1.1; CĐR1.2; CĐR1.3.	CĐR2.1; CĐR2.2.	CĐR3.1; CĐR3.2.	

### 11.2. Cách tính điểm học phần

Điểm học phần là trung bình cộng các điểm thành phần đã nhân trọng số. Tính theo thang điểm 10, làm tròn đến một chữ số thập phân. Sau đó chuyển thành thang điểm chữ và thang điểm 4.

### 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.

- Làm đầy đủ các bài kiểm tra thực hành trên lớp.

### 13. Tài liệu phục vụ học phần

- **Tài liệu chính:**

[1] - Đinh Văn Lãm (2006), *Giáo trình bóng chuyền*, NXB TDTT, Hà Nội.

- **Tài liệu tham khảo:**

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

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

### 14. Nội dung chi tiết học phần và phương pháp dạy - học

TT	Nội dung giảng dạy	Số giờ	Phương pháp dạy - học	CĐR học phần
1	<b>Bài 1. LÝ THUYẾT NHẬP MÔN</b> <b>Mục tiêu bài:</b> Trang bị cho sinh viên nội dung	02 (OLT, 02TH,	<b>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, trực quan.</b> <b>- Giảng viên:</b>	CĐR1.3, CĐR3.1.

TT	Nội dung giảng dạy	Số giờ	Phương pháp dạy - học	CDR 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. Sinh viên vận dụng trong rèn luyện thể chất.</p> <p><b>Nội dung cụ thể:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nội dung chương trình</li> <li>2. Mục đích, vai trò và ý nghĩa của học phần đối với sự phát triển thể chất của con người</li> <li>3. Tiêu chuẩn đánh giá rèn luyện thân thể cho sinh viên</li> </ol>	0KT)	<p>+ Trình bày các nội dung của bài học.</p> <p>+ Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề.</p> <p>+ Nhận xét, đánh giá.</p> <p><b>- Sinh viên:</b></p> <p>+ Đọc tài liệu [1] tr. 3-15.</p> <p>+ Chuẩn bị trang phục học tập.</p> <p>+ Tích cực khởi động tránh chấn thương.</p>	
2	<p><b>Bài 2. GIỚI THIỆU MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT CƠ BẢN CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN</b></p> <p><b>Mục tiêu bài:</b></p> <p>Hiểu và vận dụng được một số điều luật cơ bản của môn bóng chuyền vào trong quá trình tập luyện và thi đấu.</p> <p><b>Nội dung cụ thể:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Luật sân bãi, dụng cụ</li> <li>2. Luật thi đấu</li> <li>3. Phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu</li> </ol>	02 (OLT, 02TH, 0KT)	<p><b>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, dạy học dựa trên vấn đề.</b></p> <p><b>- Giảng viên:</b></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>+ Nhận xét, đánh giá.</p> <p><b>- Sinh viên:</b></p> <p>+ Đọc tài liệu [2] tr.6-49, [3] tr.6-99.</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>	CDR1.2, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.
3	<p><b>Bài 3. KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG THẤP TAY</b></p> <p><b>Mục tiêu bài:</b></p> <p>Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật chuyên bóng thấp tay. Sinh viên vận dụng được trong</p>	28 (OLT, 28TH, 0KT)	<p><b>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, thị phạm mẫu, trực quan.</b></p> <p><b>- Giảng viên:</b></p> <p>+ Trình bày các nội dung của bài học.</p>	CDR1.1, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số giờ	Phương pháp dạy - học	CDR học phần
	luyện tập và thi đấu. <b>Nội dung cụ thể:</b> 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		+ Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. + Thị phạm mẫu động tác. + Nhận xét, đánh giá. <b>- Sinh viên:</b> + Đọc trước tài liệu [1] tr.22-68. + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Nghiêm túc, tự giác trong giờ học.	
4	<b>Bài 4. KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG CAO TAY</b> <b>Mục tiêu bài:</b> Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật chuyên bóng cao tay. Sinh viên vận dụng được trong luyện tập và thi đấu. <b>Nội dung cụ thể:</b> 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	28 (OLT, 28TH, 0KT)	<b>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, thị phạm mẫu, trực quan.</b> <b>- Giảng viên:</b> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn sinh viên giải quyết vấn đề. + Thị phạm mẫu động tác. <b>- Sinh viên:</b> + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Nghiêm túc, tự giác trong giờ học. + Luyện tập kỹ thuật chuyên bóng cao tay	CDR1.1, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.
5	<b>Bài 5. KỸ THUẬT PHÁT BÓNG</b> <b>Mục tiêu bài:</b> Phân tích được các giai đoạn cơ bản của kỹ thuật phát bóng. Sinh viên vận dụng được trong luyện tập và thi đấu. <b>Nội dung cụ thể:</b>	28 (OLT, 28TH, 0KT)	<b>Phương pháp thuyết trình, vấn đáp, thị phạm mẫu, trực quan.</b> <b>- Giảng viên:</b> + Trình bày các nội dung của bài học. + Nêu vấn đề, hướng dẫn	CDR1.1, CDR2.1, CDR2.2, CDR3.1, CDR3.2.

TT	Nội dung giảng dạy	Số giờ	Phương pháp dạy - học	CDR học phần
	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		sinh viên giải quyết vấn đề. + Thị phạm mẫu động tác. + Nhận xét, đánh giá. <b>- Sinh viên:</b> + Đọc trước tài liệu [1] tr.22-68; tr.84-112 + Chuẩn bị trang phục học tập. + Tích cực khởi động tránh chấn thương. + Nghiêm túc, tự giác trong giờ học.	
6	<b>Kiểm tra kết thúc</b>	02 (0LT, 0TH, 02KT)	<b>- Giảng viên:</b> Nhận xét, đánh giá bài thi của sinh viên. <b>- Sinh viên:</b> Thực hiện bài thi theo hướng dẫn của giảng viên.	CDR1.2; CDR3.1; CDR3.2.

Hải Dương, ngày 9 tháng 8 năm 2022

**KT.HIỆU TRƯỞNG  
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



**TS. Nguyễn Thị Kim Nguyên**

**TRƯỞNG KHOA**

**Phạm Thị Hồng Hoa**

**TRƯỞNG BỘ MÔN**

**Hà Đình Soát**