|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢNG BÌNH | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **KHOA GDTC - QP** | **Độc Lập - Tự Do - Hạnh Phúc** |
|  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO** | | |
| **Trình độ đào tạo: Đại học** | **Ngành: Cao đẳng hệ chính quy** | **Mã số:** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN**   1. **Thông tin chung** | |
| **1.1. Tên học phần: Giáo dục thể chất 2** | **1.2. Tên tiếng Anh: Physial education 2** |
| **1.3. Mã học phần:** TQGDTC.003 | **1.4. Số tín chỉ: 01** |
| **1.5. Phân bố thời gian: [[1]](#footnote-1)** |  |
| **-** Lý thuyết: | 04 tiết |
| - Thực hành: | 26 tiết |
| - Tự học: | 30 tiết |
| **1.6. Các giảng viên phụ trách học phần:** |  |
| - Giảng viên phụ trách chính: | TS. Cao Phương |
| - Danh sách giảng viên cùng giảng dạy: | Trần Thủy, Nguyễn Anh Tuấn, Cao Phương, Nguyễn Thị Tuyến, Nguyễn Quang Hòa, Nguyễn Xuân Hải, Nguyễn Thế Thành. |
| **1.7. Điều kiện tham gia học phần:** |  |
| **-** Học phần tiên quyết: | Không |
| - Học phần học trước: | Không |
| - Học phần song hành: | Không |

**2. Mục tiêu**

**2.1. Mục tiêu chung**

Kết thúc học phần sinh viên hiểu được những kiến thức cơ bản về lịch sử phát sinh, phát triển của môn bóng chuyền; ảnh hưởng và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể; các kiến thức cơ bản về luật thi đấu và trọng tài bóng chuyền. Sinh viên được trang bị một số kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền như: tư thế chuẩn bị và di chuyển, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng và các bài tập phát triển thể lực. Từ đó biết vận dụng các phương pháp tập luyện trên vào thực tiễn để rèn luyện thân thể nâng cao sức khỏe và tinh thần.

**2.2. Mục tiêu cụ thể**

**2.2.1. Về kiến thức**

Trang bị cho sinh viên những kiến thức lý luận cơ bản về lịch sử phát sinh, phát triển môn bóng chuyền trên thể giới và ở Việt Nam. Ảnh hưởng và tác dụng của bóng chuyền đối với cơ thể. Các kiến thức về luật và phương pháp trọng tài bóng chuyền. Phương pháp tập luyện bóng chuyền

**2.2.2. Về kỹ năng**

Có kỹ năng thực hiện một số kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền (tư thế chuẩn bị và di chuyển, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng). Biết áp dụng các phương pháp tập luyện bóng chuyền vào thực tiễn để rèn luyện nâng cao sức khoẻ.

**2.2.3. Về thái độ**

Có thái độ kính trọng, yêu quý giảng viên đang giảng dạy môn học. Sinh viên tự học, luyện tập ngoại khoá ngoài giờ để thực hiện tốt các nội dung được xây dựng trong chương trình.

**3. Chuẩn đầu ra (CLO)**

**Bảng 1. Chuẩn đầu ra của HP**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Ký hiệu CLO** | **Nội dung CLO** |
| CLO 1 | Sinh viên nắm được kiến thức về lịch sử phát sinh, phát triển môn bóng chuyền trên thể giới và ở Việt Nam. Ảnh hưởng và tác dụng của bóng chuyền đối với cơ thể. Các kiến thức về luật và phương pháp trọng tài bóng chuyền. |
| CLO 2 | Nắm được lý luận cơ bản về phương pháp tổ chức tập luyện bóng chuyền |
| CLO 3 | Có kỹ năng thực hiện một số kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền (tư thế chuẩn bị và di chuyển, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng) và thực hiện được một số bài tập phát triển thể lực |
| CLO 4 | Biết áp dụng các phương pháp tập luyện bóng chuyền vào thực tiễn để rèn luyện nâng cao sức khoẻ |
| CLO 5 | Kính trọng, yêu quý giảng viên giảng dạy môn học, xây dựng đạo đức lối sống trong sáng, lành mạnh, thể chất cường tráng |

**4. Mối liên hệ giữa chuẩn đầu ra học phần (CLO) và chuẩn đầu ra chương trình đào tạo (PLO)**

Mức độ đóng góp, hỗ trợ của CLO để đạt được PLO được xác định cụ thể qua bảng sau:

**Bảng 2. Mối liên hệ giữa CLO và PLO**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLO** | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) | (8) | (9) |
| CLO 1 | R | R | M | R | R | R | R | R |  |
| CLO 2 | R | R | A | A | M | M | M | R |  |
| CLO 3 | R | R | A | A | A | A | M | R |  |
| CLO 4 | R | R | A | A | A | M | A | R |  |
| CLO 5 | R | R | R | R | R | R | R | A | R |
| Tổng hợp học phần | R | R | A | A | A | M | M | A | R |

*Ghi chú: I: mức giới thiệu/bắt đầu; R: mức nâng cao hơn mức bắt đầu, có nhiều cơ hội được thực hành, thí nghiệm, thực tế,…; M: mức thuần thục/thông hiểu; A: hỗ trợ tối đa việc đạt được PLO, cần được thu thập minh chứng để đánh giá CĐR CTĐT.*

**5. Đánh giá**

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

**Bảng 3. Phương pháp, hình thức kiểm tra - đánh giá kết quả học tập của SV**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thành phần**  **đánh giá** | **Trọng số** | **Bài đánh giá** | **Trọng số con** | **Rubric**  **(đánh dấu X nếu có)** | **Lquan đến CĐR nào ở bảng 1** | ***Hướng dẫn phương pháp đánh giá*** |
| (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | *(7)* |
| A1. Chuyên cần, thái độ (CCTĐ) | 5% | Theo dõi ý thức học trên lớp, thảo luận/thực hành và các hoạt động khác |  | X | CLO5 | Theo dõi lên lớp hàng ngày và quá trình trao đổi thảo luận |
| A2. Kiểm tra thường xuyên (KTTX) | 25% | A2.1: Chuyền bóng cao tay bằng hai tay; Kỹ thuật phát bóng; Thể lực | 50% |  | CLO3 | Chấm theo đáp án/hướng dẫn chấm |
| A2.2: Chuyền bóng thấp tay bằng hai tay; Kỹ thuật phát bóng; Thể lực | 50% |  | CLO3 |
| A3. Đánh giá cuối kỳ | 70% | Bài ktra cuối kỳ: Thực hành |  |  | CLO1  CLO2  CLO3  CLO4  CLO5 | Chấm theo đáp án/hướng dẫn chấm |

*Ghi chú: Tùy theo yêu cầu, đặc điểm của từng học phần, bộ môn có thể điều chỉnh thành phần và trọng số, trọng số con của các thành phần đánh giá. Tuy nhiên, phải đảm bảo đánh giá cuối kỳ không dưới 50%.*

***b. Yêu cầu đối với học phần***

*Sinh viên phải tham dự >=60% số buổi của HP. Nếu nghỉ >40% số buổi sẽ không được dự thi kết thúc HP.*

**6. Kế hoạch và nội dung giảng dạy**

**Bảng 4. Kế hoạch và nội dung giảng dạy theo tuần**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tuần/**  **Buổi**  (4 tiết/b) | **Các nội dung cơ bản của bài học (chương)** | **Số tiết (LT/TH/BT/TL)** | **CĐR của bài học (chương)/chủ đề** | **Lquan đến CĐR nào ở bảng 1** | **PP giảng dạy , tài liệu và cở sở vật chất, thiết bị cần thiêt để đạt CĐR** | **Hoạt động học của SV(\*)** | **Tên bài**  **đánh giá** |
| (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) | (8) |
|  | **Bài 1. Lịch sử phát sinh, phát triển của môn Bóng chuyền**  1.1. Lịch sử phát sinh, phát triển của môn Bóng chuyền  1.2. Ảnh hưởng và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể | **2**  2/0/0/0 | - Nắm được lịch sử phát sinh, phát triển của môn Bóng chuyền, ảnh hưởng và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể | CLO1 | - Thuyết trình, đàm thoại gợi mở  - Bài giảng của giảng viên  - Sử dụng máy tính và projector | - Thảo luận, trao đổi theo KH của giảng viên |  |
|  | **Bài 2. Những điều luật cơ bản và phương pháp làm trọng tài**  2.1. Những điểm cơ bản trong Luật bóng chuyền  2.2. Phương pháp làm trọng tài | **2**  2/0/0/0 | - Nắm được những điểm cơ bản trong Luật bóng chuyền. Phương pháp làm trọng tài | CLO1 | - Thuyết trình, đàm thoại gợi mở, phỏng vấn  - Bài giảng của giảng viên  - Sử dụng máy tính và projector | - Thảo luận, trao đổi theo KH của giảng viên |  |
|  | **Bài 3. Tư thế chuẩn bị và di chuyển**  3.1. Tư thế chuẩn bị  3.2. Di chuyển  3.3. Các bài tập về tư thế chuẩn bị và di chuyển, thể lực | **2**  0/2/0/0 | - Hiểu được các tư thế chuẩn bị, di chuyển  - Biết vận dụng các bài tập về tư thế chuẩn bị và di chuyển, thể lực | CLO2  CLO3  CLO4 | - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát  - Thị phạm, làm mẫu  - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật | - Tích cưc tập luyện  - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu |  |
|  | **Bài 4. Kỹ thuật chuyền bóng**  4.1. Chuyền bóng thấp tay bằng hai tay  4.2. Chuyền bóng cao tay bằng hai tay  4.3. Các bài tập bổ trợ kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và cao tay  4.4. Các trò chơi vận động với bóng  4.5. Các bài tập thể lực | **12**  0/12/0/0 | - Có kỹ năng thực hiện các kỹ thuật: chuyền bóng thấp tay bằng hai tay; huyền bóng cao tay bằng hai tay  - Biết áp dụng các bài tập bổ trợ kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và cao tay  - Biết sử dụng các trò chơi vận động với bóng, các bài tập thể lực | CLO2  CLO3  CLO4 | - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát  - Thị phạm, làm mẫu  - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật | - Tích cưc tập luyện  - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu | A2.1  A2.2 |
| 5 | **Bai 5. Kỹ thuật phát bóng**  5.1. Kỹ thuật phát bóng thấp tay chính diện (nữ)  5.2. Kỹ thuật phát bóng cao tay chính diện (nam)  5.3. Các bài tập bổ trợ kỹ thuật phát bóng  5.4. Các bài tập thể lực | **6**  0/6/0/0 | - Có kỹ năng thực hiện các kỹ thuật: kỹ thuật phát bóng thấp tay chính diện (nữ); kỹ thuật phát bóng cao tay chính diện (nam)  - Biết áp dụng các bài tập bổ trợ kỹ thuật phát bóng  - Biết sử dụng các các bài tập thể lực | CLO2  CLO3  CLO4 | - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát  - Thị phạm, làm mẫu  - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật | - Tích cưc tập luyện  - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu | A2.1  A2.2 |
| 6 | **Bài 6. Kỹ thuật đập bóng**  6.1. Kỹ thuật đập bóng chính diện số 4 theo phương lấy đà  6.2. Các bài tập bổ trợ để tiếp thu kỹ thuật đập bóng, thể lực  6.3. Ôn tập, kiểm tra | **6**  0/6/0/0 | Có kỹ năng thực hiện các kỹ thuật: đập bóng chính diện số 4 theo phương lấy đà)  - Biết áp dụng các bài tập bổ trợ kỹ thuật đập bóng  - Biết sử dụng các các bài tập thể lực | CLO2  CLO3  CLO4  CLO5 | - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát  - Thị phạm, làm mẫu  - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật | - Tích cưc tập luyện  - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu |  |
| Theo lịch thi | Kiểm tra cuối kì |  |  |  |  |  | A3 |

**(\*) Ghi chú:**

*- (3) Số tiết (LT/TH/BT/TL): 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, làm việc nhóm để giải quyết bài tập, làm dự án ……..); Hoạt động tại lớp (thảo luận nhóm, làm bài tập,…).*

**7. Học liệu**

**Bảng 5. 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 | Bộ môn Giáo dục thể chất | 2016 | Giáo trình Giáo dục thể chất 2 (dành cho hệ đại học chính quy) | Tài liệu lưu hành nội bộ, Trường Đại học Quảng Bình |
|  | **Sách, giáo trình tham khảo** | | | |
| 2 | Đặng Hùng Mạnh (chủ biên), Nguyễn Hải Bình, Trần Thị Ngọc Dung | 2013 | Giáo trình bóng chuyền | NXB Thể dục thể thao. |
| 3 | Nguyễn Viết Minh | 2004 | Giáo trình bóng chuyền | NXB Đại học sư phạm |
| 4 | Nguyễn Quang | 2001 | Hướng dẫn tập luyện và thi đấu bóng chuyền | NXB Thể dục thể thao |
|  | Phan Hồng Minh | 1993 | Bóng chuyền bãi biển và bóng chuyền minni | NXB Thể dục thể thao |
|  | Đinh Lẫm | 1997 | Huấn luyện bóng chuyền | NXB Thể dục thể thao |
|  | Phạm Thị Thiệu | 2012 | Sinh lí học thể dục thể thao | NXB Thể dục thể thao |

**8. Cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy**

**Bảng 6. Cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Tên giảng đường, PTN, xưởng, cơ sở TH** | **Danh mục trang thiết bị, phần mềm chính phục vụ TN,TH** | | **Phục vụ cho nội dung Bài học/Chương** |
| **Tên thiết bị, dụng cụ, phần mềm,…** | **Số lượng** |  |
|  | Giảng đường A | Projector, máy tính cá nhân | 1 | Bài 1,2 |
|  | Sân tập, nhà thi đấu | Còi, đồng hồ, thước dây, bóng và các dụng cụ sân tập, chụp chiến thuật, dây nhảy | 03 | Chương 3,4,5,6 |

**9. Rubric đánh giá**

Theo Phụ lục 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Quảng Bình, ngày tháng 8 năm 2021*   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Trưởng khoa**  **TS. Trần Thuỷ** | **Phụ trách bộ môn**  **TS. Cao Phương** | **Người biên soạn**  **TS. Cao Phương** | |
|  |

1. Một tín chỉ được quy định tối thiểu bằng 15 giờ học lý thuyết và 30 giờ tự học, chuẩn bị cá nhân có hướng dẫn hoặc bằng 30 giờ thực hành, thí nghiệm, thảo luận và 15 giờ tự học, chuẩn bị cá nhân có hướng dẫn hoặc bằng 45 giờ thực tập tại cơ sở, làm tiểu luận, bài tập lớn, đồ án, khóa luận tốt nghiệp. [↑](#footnote-ref-1)