

Đề cương chi tiết học phần

1. Tên học phần: Giáo dục thể chất 3 (Bóng chuyền) Mã học phần: PHED230715

2. Tên Tiếng Anh: Physical Education 3 (Volleyball)

3. Số tín chỉ: 3

4. Phân bố thời gian: n (1/2/6)

5. Các giảng viên phụ trách học phần

1/ GV phụ trách chính: ThS. Nguyễn Văn Quận. ThS Trần Phong Vinh.

2/ Danh sách giảng viên cùng GD: ThS. Phạm Đức Hậu.

6. Điều kiện tham gia học tập học phần

Điều kiện tiên quyết: Sinh viên phải có sức khỏe bình thường, trường hợp miễn giảm phải có xác nhận của y tế.

Môn học tiên quyết: Giáo dục thể chất 2

7. Mô tả tóm tắt học phần

Học phần trang bị cho sinh viên luật thi đấu, phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài và phương pháp tập luyện môn bóng chuyền. Nâng cao các kỹ thuật đệm bóng, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng. Các kỹ thuật chắn bóng, kỹ thuật phòng thủ, Chiến thuật tấn công và chiến thuật phòng thủ, đội hình thi đấu...

Có khả năng thực hiện những kỹ thuật cơ bản và kỹ năng vận động của môn Bóng chuyền. Có thể tự rèn luyện để tham gia thi đấu giải thể thao cấp cơ sở.

8. Mục tiêu học phần (Course Goals)

Mục tiêu (Goals)	Mô tả (Goal description) <i>(Học phần này trang bị cho sinh viên:)</i>	Chuẩn đầu ra CTĐT
G1	Đặc điểm, tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với người tập. Luật thi đấu môn bóng chuyền, công tác tổ chức thi đấu, trọng tài...	1.1
G2	Nguyên lý kỹ thuật cơ bản:, Nâng cao kỹ thuật đệm bóng, kỹ thuật chuyền bóng cao tay, kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng. Các kỹ thuật chắn bóng, kỹ thuật phòng thủ, Chiến thuật tấn công và chiến thuật phòng thủ...	1.1, 2.1
G3	Vận dụng những kiến thức đã học, xây dựng ý thức, thái độ học tập đúng đắn, đảm bảo tính kỷ luật trong tập luyện và thi đấu.	1.1, 3.1

9. Chuẩn đầu ra của học phần

Chuẩn đầu ra HP	Mô tả <i>(Sau khi học xong môn học này, người học có thể:)</i>	Chuẩn đầu ra CDIO
G1	Nguyên lý kỹ thuật chuyền bóng cao tay, đệm bóng, phát bóng, đập bóng chắn bóng, kỹ thuật phòng thủ.	1.1
	Công tác tổ chức thi đấu, trọng tài, luật thi đấu môn Bóng chuyền	1.1
G2	Nâng cao kỹ thuật đệm bóng, kỹ thuật chuyền bóng cao tay	1.1, 1.3
	Nâng cao kỹ thuật phát bóng, kỹ thuật đập bóng	1.1, 1.3
	Kỹ thuật chắn bóng, kỹ thuật phòng thủ, đội hình thi đấu	1.1
	Chiến thuật tấn công và chiến thuật phòng thủ	1.1
	Phát triển thể lực chuyên môn	1.1,2.4.5
G3	Rèn luyện môn bóng chuyền nhằm xây dựng được lối sống lành mạnh, yêu thích học tập và rèn luyện thể thao, phát triển một cách toàn diện về thể lực và trí lực.	2.4

10. Tài liệu học tập

- Giáo trình bóng chuyền , Nguyễn Việt Minh (2010) NXB Đại học sư phạm TP.HCM
- Luật bóng chuyền bóng chuyền, bóng chuyền bãi biển , NXB TDTT, 1997

11. Đánh giá sinh viên :

- Thang điểm: **10**
- Kế hoạch kiểm tra như sau:

Hình thức KT	Nội dung	Thời điểm	Công cụ KT	Chuẩn đầu ra KT	Tỉ lệ (%)
Bài tập					50
BT1	Kỹ thuật đệm bóng thấp tay	Tuần 6	Bài tập nhỏ trên lớp	1.1	10
BT2	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay	Tuần 7	Bài tập nhỏ trên lớp	1.1	10
BT3	Kỹ thuật phát bóng	Tuần 8	Bài tập nhỏ trên lớp	1.1	10
	Chuyên cần	Tuần 14	Điểm danh	2.5.1	10
Tiểu luận - Báo cáo					10
	Sau mỗi buổi học sinh viên được yêu		Tiểu luận -	1.1	

	cầu đọc và tìm hiểu về một đề tài, trong buổi học sau một nhóm sinh viên báo cáo trước lớp nội dung mình tìm hiểu được. Danh sách các đề tài: 1. Nguyên lý kỹ thuật chuyền bóng cao tay, đệm bóng, phát bóng, đập bóng, chắn bóng, kỹ thuật phòng thủ. 2. Trình bày hệ thống thi đấu bóng chuyền quốc tế . 3. Xu thế phát triển của môn bóng chuyền. 4. Luật thi đấu môn bóng chuyền. 5. Phương pháp tổ chức, các thể thức thi đấu, trọng tài.	Tuần 5-8	Báo cáo		
Thi cuối kỳ					50
	- Nội dung bao quát tất cả các chuẩn đầu ra quan trọng của môn học.	Theo kế hoạch của nhà trường		1.1	

12. Nội dung chi tiết học phần:

Tuần	Nội dung	Chuẩn đầu ra học phần
	Chương 1: Nguồn gốc và phát triển của Bóng chuyền	
	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: 1. Giới thiệu môn học: Mục tiêu, yêu cầu, nội dung, quy định chương trình môn học. 1.1 Khái quát về nguồn gốc, sự hình thành và phát triển của Bóng chuyền thế giới và Việt Nam. 1.2 Giới thiệu các điều luật cơ bản của Bóng chuyền Nội dung GD thực hành: - Các bài tập hỗ trợ đập bóng và phát bóng. - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay, đệm bóng. - Kỹ thuật phát bóng cao tay. - Kỹ thuật đập bóng: giai đoạn chạy đà giậm nhảy, tiếp xúc bóng. PPGD chính: + Thuyết giảng + Làm mẫu	1.1.1 1.1 1.1 1.1 2.3.1
1		

	+ Thực hành theo nhóm/tổ	
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Đọc và tìm hiểu về lịch sử Phát triển môn Bóng chuyên	
	Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyên	
2	A/ Tóm tắt các ND và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: Nguyên lý kỹ thuật đập bóng Nội dung GD thực hành: - Nâng cao kỹ thuật chuyên bóng cao tay trước mặt. - Nâng cao kỹ thuật đệm bóng. - Kỹ thuật phát bóng cao tay. - Kỹ thuật đập bóng giai đoạn chạy đà, giậm nhảy, tiếp xúc bóng và rơi xuống. PPGD chính: + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ	2.3.2 2.2.2 2.2.1 2.3.1
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Đọc và tìm hiểu Nguyên lý kỹ thuật di chuyển,	
	Chương 2: kỹ thuật Bóng chuyên	
3	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: Phương pháp tập luyện kỹ thuật đập bóng. Nội dung GD thực hành: - Kỹ thuật đệm bóng phòng thủ. - Nâng cao kỹ thuật chuyên bóng cao tay trước mặt. - Nâng cao phát bóng cao tay. - Kỹ thuật đập bóng phương lấy đà vị trí số 4 PPGD chính: + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ	2.3.2 2.2.1 2.2.2 2.3.1 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Đọc và tìm hiểu các Kỹ thuật Bóng chuyên. Tập các bài tập phát triển thể lực.	
	Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyên	
4	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: Kỹ thuật chuyên cao tay nghiêng mình và lật sau đầu	2.2.2

	<p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nâng cao kỹ thuật đệm bóng. - Kỹ thuật chuyền bóng cao tay trước mặt, lật sau đầu. - Phát bóng cao tay - Đập bóng phương lấy đà số 4. <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ 	<p>2.2.1</p> <p>2.2.2</p> <p>2.3.1</p> <p>2.3.2</p>
	<p>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6)</p> <p>Tập các bài tập phát triển thể lực.</p> <p>Kỹ thuật đệm bóng, chuyền bóng, Phát bóng, Đập bóng</p>	
	<p>Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyền</p>	
5	<p>A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3)</p> <p>Nội dung GD lý thuyết:</p> <p>Luật thi đấu, ký hiệu của trọng tài</p> <p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nâng cao kỹ thuật đệm bóng. - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay trước mặt. - Phát bóng cao tay - Đập bóng phương lấy đà số 4, trung bình số 3 <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ 	<p>1.3.1</p> <p>2.2.1</p> <p>2.2.2</p> <p>2.3.1</p> <p>2.3.2</p>
	<p>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6)</p> <p>Kỹ thuật đệm bóng, chuyền bóng, Phát bóng, Đập bóng</p>	
	<p>Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyền</p>	
6	<p>A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3)</p> <p>Nội dung GD lý thuyết:</p> <p>Kỹ thuật phòng thủ trên lưới và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra nội dung đệm bóng - Kỹ thuật đệm bóng phòng thủ - Kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Kỹ thuật chắn bóng - KT đập bóng phương lấy đà số 4 và số 3 <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Làm mẫu 	<p>2.5.2</p> <p>2.3.1</p> <p>2.2.1</p> <p>2.2.2</p> <p>2.4.1</p> <p>2.3.2</p>

	+ Thực hành theo nhóm/tổ	
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Tập các bài tập phát triển thể lực. Kỹ thuật đệm bóng, chuyền bóng, Phát bóng, Đập bóng	
	Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyền	
7	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: Phương pháp tập luyện kỹ thuật phòng thủ Nội dung GD thực hành: - Kỹ thuật phát bóng cao tay . - Kỹ thuật đệm bóng. - Kiểm tra kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Đập bóng vị trí ô 4 và số 3 - Thi đấu tập. PPGD chính: + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ	2.5.2 2.3.1 2.2.1 2.2.2 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Tập các bài tập phát triển thể lực Kỹ thuật đệm bóng, chuyền bóng, Phát bóng, Đập bóng	
	Chương 2: Kỹ thuật Bóng chuyền	
8	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết Các thể thức thi đấu môn bóng chuyền Nội dung GD thực hành: - Kiểm tra kỹ thuật phát bóng. - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Đệm bóng phòng thủ. - Đập bóng vị trí số 4 và số 3 - Thi đấu tập PPGD chính: + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ	1.4.1 2.3.1 2.2.2 2.5.2 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	
	Chương 2: Kỹ thuật bóng chuyền	

9	<p>A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3)</p> <p>Nội dung GD lý thuyết: Tổ chức trọng tài Bóng chuyền</p> <p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nâng cao kỹ thuật phát bóng. - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Đệm bóng phòng thủ. - Đập bóng vị trí số 4 và số 3 - Kiểm tra thể lực chuyên môn. <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ 	<p>1.5.1</p> <p>2.3.1</p> <p>2.2.2</p> <p>2.2.1</p> <p>2.3.2</p>
	<p>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6)</p> <p>Các kỹ thuật đã học</p>	
10	<p>Chương 3: Chiến thuật bóng chuyền</p>	
	<p>A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3)</p> <p>Nội dung GD lý thuyết: Giới thiệu chiến thuật tấn công trung và tổ chức biên.</p> <p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Kỹ thuật đệm bóng phòng thủ - nâng cao kỹ thuật đập bóng. - Thi đấu tập. <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Làm mẫu + Thực hành theo nhóm/tổ 	<p>2.4.3</p> <p>2.2.2</p> <p>2.2.1</p> <p>2.3.2</p>
	<p>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6)</p> <p>Các kỹ thuật đã học</p>	
11	<p>Chương 3: Chiến thuật bóng chuyền</p>	
	<p>A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3)</p> <p>Nội dung GD lý thuyết: Giới thiệu chiến thuật phòng thủ số 6 tiến và số 6 lùi.</p> <p>Nội dung GD thực hành:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nâng cao kỹ thuật chuyền bóng cao tay - Nâng cao kỹ thuật đệm bóng phòng thủ. - Kỹ thuật đập bóng các vị trí - Thi đấu tập <p>PPGD chính:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ 	<p>2.2.1</p> <p>2.2.2</p> <p>2.2.1</p> <p>2.3.2</p>

	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	
	Chương 4: Luật thi đấu	
12	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD lý thuyết: Luật thi đấu Nội dung GD thực hành: - KT chắn bóng . - Nâng cao KT đập bóng . - Ôn KT đệm bóng phòng thủ - Tổ chức thi đấu PPGD chính: + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ	1.3.1 2.2.2 2.2.1 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	
	Chương 5: Phương pháp tập luyện bóng chuyền	
13	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD thực hành: - Ôn kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Ôn kỹ thuật đập bóng. - Ôn KT phòng thủ và chắn bóng. - Thi đấu tập PPGD chính: + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ	2.2.2 2.2.1 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	
	Chương 5: Phương pháp tập luyện bóng chuyền	
14	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD thực hành: - Ôn kỹ thuật chuyền bóng cao tay. - Ôn kỹ thuật đập bóng. - Ôn KT đệm bóng. - Thi đấu tập PPGD chính: + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ	2.2.2 2.2.1 2.3.2

	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	
15	Chương 6: Phương pháp tổ chức thi đầu	
	A/ Các nội dung và PPGD chính trên lớp: (3) Nội dung GD thực hành: Kiểm tra cuối kỳ(các nội dung đã học) PPGD chính: + Thuyết giảng + Thực hành theo nhóm/tổ	2.2.2 2.2.1 2.3.2
	B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (6) Các kỹ thuật đã học	

13. Đạo đức khoa học:

- Sinh viên không hoàn thành nhiệm vụ (mục 9) thì bị cấm thi.
- Sinh viên thi hộ thì cả 2 người, thi hộ và nhờ thi hộ sẽ bị đình chỉ học hoặc đuổi học

14. Ngày phê duyệt: ngày 20 tháng 06 năm 2014

15. Cấp phê duyệt:

Trưởng khoa

Tổ trưởng BM

Người biên soạn

ThS. Nguyễn Văn Quận

ThS. Trần phong Vinh

ThS. Nguyễn Văn Quận

17. Tiến trình cập nhật ĐCCT

Lần 1: Nội Dung Cập nhật ĐCCT lần 1: ngày tháng năm	<người cập nhật ký và ghi rõ họ tên) Tổ trưởng Bộ môn:
--	---

