

CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO

Trình độ đào tạo: Đại học Ngành: Giáo dục thể chất Mã số: 7140206

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Thông tin chung

1.1. Tên học phần: Điền kinh và Phương pháp giảng dạy 1	1.2. Tên tiếng Anh: Athletics and teaching methods 1
1.3. Mã học phần: TQDIKI.096	1.4. Số tín chỉ: 03
1.5. Phân bố thời gian:	
- Lý thuyết:	10 tiết
- Thực hành:	35 tiết
- Tự học:	90 tiết
1.6. Các giảng viên phụ trách học phần:	
- Giảng viên phụ trách chính:	Ths. Nguyễn Xuân Hải
- Danh sách giảng viên cùng giảng dạy:	Ts. Trần Thủy. Ts. Cao Phương. Ths. Nguyễn Anh Tuấn, Ths. Nguyễn Quang Hòa
1.7. Điều kiện tham gia học phần:	
- Học phần tiên quyết:	
- Học phần học trước:	
- Học phần song hành:	

2. Mục tiêu

2.1. Mục tiêu chung

Sinh viên hiểu được những kiến thức chung về khái quát môn Điền kinh và phương pháp giảng dạy 1, kỹ năng thực hiện tương đối tốt các kỹ thuật chạy ngắn, chạy tiếp sức và nhảy xa. Có khả năng giảng dạy, huấn luyện và nắm vững Luật các nội dung đã học; vận dụng tốt các kiến thức chuyên môn vào tổ chức thi đấu và điều hành trọng tài cấp cơ sở.

2.2. Mục tiêu cụ thể

2.2.1. Về kiến thức

Sinh viên nắm được những kiến thức cơ bản về các kỹ năng, phương pháp giảng dạy, trọng tài, tổ chức thi đấu các nội dung trong điền kinh: Chạy ngắn, tiếp sức, nhảy xa, nhảy ba bước.

2.2.2. Về kỹ năng

Hình thành khả năng thị phạm động tác, phân tích kỹ thuật, làm mẫu các động tác hỗ trợ và thực hành chính xác các kỹ thuật trong nội dung chạy ngắn, tiếp sức và nhảy xa; có năng lực tổ chức và thực hiện được nhiệm vụ của trọng tài; khả năng độc lập giảng dạy và tự nâng cao trình độ.

2.2.3. Về thái độ

Có thái độ kính trọng, yêu quý giảng viên đang giảng dạy môn học. Hình thành phẩm chất cơ bản của người giáo viên, huấn luyện viên, người cán bộ thể dục thể thao cơ sở trong thời kỳ đổi mới với tác phong mẫu mực, có tinh thần trách nhiệm với xã hội về nghề nghiệp, đáp ứng được yêu cầu ngày càng phát triển giáo dục.

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
CLO1	Hiểu được các kiến thức chung về khái quát môn chung môn Điền kinh và phương pháp giảng dạy; phân tích được nguyên lý kỹ - chiến thuật và các bài tập thể lực
CLO2	Có kiến thức về luật - phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài môn điền kinh
CLO3	Thực hiện tốt kỹ thuật các nội dung chạy ngắn, chạy tiếp sức, nhảy xa, nhảy ba bước; các bài tập rèn luyện tố chất thể lực và kỹ năng thi đấu
CLO4	Có năng lực tổ chức hướng dẫn tập luyện, điều hành thi đấu, làm trọng tài và huấn luyện các đội tuyển Điền kinh
CLO5	Ý thức được sự quan trọng của sức khỏe và tập luyện để duy trì và nâng cao sức khỏe và sự cần thiết phải thường xuyên học tập nâng cao trình độ.
CLO6	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)	(10)	(11)	(12)	(13)
CLO 1	I	R	M	I	R	I	I		R	R	R	R	R
CLO 2		R	R	R	M	R	M	R	R	I	I	I	R

CLO 3		R	R	M	M	M	R	M	R	M	I	I	I
CLO 4		R	I	M	M	R	R	R	I	M	R	R	I
CLO 5	I	R	I	R	M	M	I		I	M	R	M	M
CLO6	I	I	I	I	R	I	I	I	I	R	R	R	M
Tổng hợp học phần	I	R	R	R	M	R	R	I	R	M	R	R	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 CDR 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 CDR nào Bảng 1	Hướng dẫn phương pháp đánh giá
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
A1. Chuyên cần, thái độ (CCTĐ)	5%	Thái độ lên lớp, thảo luận, thực hành		X		Theo dõi lên lớp hàng ngày và trao đổi thảo luận
A2. Kiểm tra thường xuyên (KTTX)	30%	A2.1. Phương pháp tổ chức thi đấu điền kinh nội dung chạy ngắn, nhảy xa.	30%		CLO2	Chấm bài viết
		A2.2. Kỹ thuật chạy 100m	30%		CLO1 CLO3 CLO4	Chấm theo đáp án/ hướng dẫn chấm
		A2.3. Kỹ thuật nhảy xa kiểu uốn thân	20%		CLO1 CLO3 CLO4	
		A2.4. Kỹ thuật nhảy ba bước	20%			
A3. Đánh giá cuối kỳ	65%	Bài ktra cuối kỳ: Vấn đáp + thực	100%		CLO1 CLO2	Chấm theo đáp án/ hướng dẫn chấm (Trả lời vấn đáp trực tiếp từng cá nhân và thực hành theo nội dung bốc thăm)

		hành			CLO3 CLO4 CLO5 CLO6	
--	--	------	--	--	------------------------------	--

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 $\geq 65\%$ số buổi của HP. Nếu nghỉ $> 35\%$ 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) (đến 3 số)	Số tiết (LT/TH/ TT)	CĐR của bài học (chương)/ chủ đề	Lquan đến CĐR nào ở Bảng 1	PP giảng dạy , tài liệu và cơ sở vật chất, thiết bị cần thiết để đạt CĐR	Hoạt động học của SV(*)	Tên bài đánh giá (ở cột 3 bảng 3)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	CHƯƠNG 1. CHẠY NGẮN VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY 1. Lịch sử, vị trí, tác dụng của Điền kinh. 2. Khái niệm và nguyên lý chung của hoạt động chạy; Kỹ thuật chạy cự ly ngắn 3. Phương pháp giảng dạy	4/0/0	1.1. Nắm được khái quát về môn Điền kinh, phân tích được nguyên lý hoạt động chạy 1.2. Nắm được kỹ thuật chạy cự ly ngắn và phương pháp giảng dạy 1.3. Nắm được phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài nội dung chạy ngắn	CLO1 CLO5	- Thuyết trình, đàm thoại, gợi mở - Bài giảng của giảng viên - Sử dụng máy tính, Projector	Thảo luận, trao đổi theo kế hoạch của giảng viên	A2.1 A2.2

	chạy cự ly ngắn 4. Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài.						
2	CHƯƠNG 2. NHẢY XA 1. Kỹ thuật nhảy xa 2. Kỹ thuật nhảy xa ba bước 3. Phương pháp giảng dạy kỹ thuật nhảy xa. 4. Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài	4/0/0	2.1. Hiểu được kỹ thuật nhảy xa, nhảy 3 bước và phương pháp giảng dạy nhảy xa. 2.2. Hiểu được phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài nhảy xa	CLO1 CLO2 CLO5	- Thuyết trình, đàm thoại, gợi mở - Bài giảng của giảng viên - Sử dụng máy tính, Projector	Thảo luận, trao đổi theo kế hoạch của giảng viên	A2.1 A2.3 A2.4
3	CHƯƠNG 3. KỸ THUẬT CHẠY CỰ LY NGẮN VÀ CHẠY TIẾP SỨC. 1. Giới thiệu kỹ thuật và các bài tập bổ trợ chuyên môn 2. Các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn 3. Kỹ thuật chạy tiếp sức, các bài tập bổ trợ thể lực 4. Phương pháp giảng dạy kỹ thuật chạy ngắn và chạy tiếp sức	1/150	3.1. Hiểu và nắm rõ các kỹ thuật trong chạy ngắn, chạy tiếp sức, nắm vững và thực hiện tốt các bài tập bổ trợ thể lực 3.2. Khả năng phân tích, thực hiện thuần thục các kỹ thuật và vận dụng trong quá trình giảng dạy.	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4 CLO6	- Thuyết trình, đàm thoại, gợi mở, thị phạm - Sử dụng video, tranh ảnh cho sinh viên nhìn thấy động tác - Giảng viên làm mẫu động tác - Dụng cụ: còi, bàn đạp, gậy tiếp sức, đồng hồ, cờ, và các dụng cụ	Quan sát, thực hiện các kỹ thuật, bài tập theo yêu cầu của giảng viên	A2.1 A2.2

					khác cho hỗ trợ...		
4	<p>CHƯƠNG 4. KỸ THUẬT NHẢY XA VÀ NHẢY BA BƯỚC</p> <p>1. Giới thiệu kỹ thuật và các bài tập hỗ trợ chuyên môn</p> <p>2. Kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi</p> <p>3. Kỹ thuật nhảy xa kiểu uốn thân</p> <p>4. Kỹ thuật nhảy xa kiểu cắt kéo</p> <p>5. Kỹ thuật nhảy xa ba bước</p> <p>6. Phương pháp giảng dạy kỹ thuật nhảy xa</p>	1/15/0	<p>4.1. Hiểu và nắm vững các giai đoạn và kỹ thuật trong nhảy xa và nhảy 3 bước.</p> <p>4.2. Thực hiện thuần thục kỹ thuật các kiểu nhảy trong nhảy xa, kỹ thuật nhảy 3 bước.</p> <p>4.3. Khả năng thực hiện tốt các kỹ thuật và vận dụng trong quá trình giảng dạy.</p>	<p>CLO1</p> <p>CLO2</p> <p>CLO3</p> <p>CLO4</p> <p>CLO6</p>	<p>- Sử dụng video, tranh ảnh cho sinh viên nhìn thấy động tác</p> <p>- Giảng viên làm mẫu động tác</p> <p>- Dụng cụ: Còi, cờ, hồ cát, thước dây và các dụng cụ khác cho hỗ trợ...</p>	<p>Quan sát, thực hiện các kỹ thuật, bài tập theo yêu cầu của giảng viên</p>	<p>A2.3</p> <p>A2.4</p>
5	<p>CHƯƠNG 5. TỔ CHỨC THI ĐẤU TRỌNG TÀI VÀ RÈN LUYỆN THỂ LỰC</p> <p>1. Tổ chức thi đấu các nội dung chạy cự ly ngắn – chạy tiếp sức</p> <p>2. Tổ chức thi đấu nội dung nhảy xa – nhảy 3 bước</p> <p>3. Thực hành trọng tài, điều hành giải đấu</p> <p>4. Hệ thống các bài tập thể lực</p>	0/5/0	<p>5.1. Hiểu và thực hiện thành thạo công tác tổ chức thi đấu – trọng tài</p> <p>5.2. Thực hiện thuần thục các kỹ thuật trong quá trình thi đấu</p> <p>5.3. Thực hiện tốt các bài tập thể lực</p>	<p>CLO2</p> <p>CLO3</p> <p>CLO4</p> <p>CLO5</p> <p>CLO6</p>	<p>- Gv giao nhiệm vụ</p> <p>- Thực hiện theo điều hành của lớp trưởng – tổ trọng tài</p> <p>- Dụng cụ: Còi, cờ, hồ cát, thước dây và các dụng cụ khác cho hỗ trợ...</p>	<p>Tích cực – tự giác</p>	<p>A2.1</p>

	phát triển chung và phát triển chuyên môn						
Theo lịch thi	Kiểm tra cuối kì						A4

(*) 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 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, LVN để giải quyết BT, làm dự án); Hoạt động tại lớp (thảo luận nhóm, làm BT thường xuyên số....).

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	Nguyễn Kim Minh	2004	Giáo trình Điền kinh	Nxb ĐHSP/ Hà Nội
2	Tổng cục TDTT	2015	Luật thi đấu Điền kinh	Nxb TDTT/ Hà Nội
Sách, giáo trình tham khảo				
3	Nguyễn Ngọc Đông	1998	Điền kinh và Thể dục	Nxb TDTT/ Hà Nội
4	Trần Đồng Lâm	1998	Chạy cự ly ngắn	Nxb Giáo dục/ Hà Nội
5	Bùi Thị Dương	1998	Nhảy xa kiểu ngồi, uốn thân và ba bước	Nxb Giáo dục/ Hà Nội
	Nguyễn Văn Thới	2014	Giáo trình Điền kinh	Nxb TDTT/ Hà Nội

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	
1	Giảng đường	<i>Máy tính, projector,</i>	1	<i>Chương 1,2</i>
2	Sân tập, Nhà thi đấu	<i>Còi, cờ, đồng hồ, thước dây, bàn đập, hố nhảy xa và các dụng cụ tập luyện khác</i>	05	<i>Chương 3,4,5</i>

Quảng Bình, ngày 25 tháng 8 năm 2021

Trưởng khoa

Phụ trách Bộ môn

Người biên soạn

TS. Trần Thủy

TS. Trần Thủy

Ths. Nguyễn Xuân Hải