

TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢNG BÌNH
KHOA GDTC - QP

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc Lập - Tự Do - Hạnh Phúc

CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO

Trình độ đào tạo: Đại học Ngành: Đại học hệ chính quy Mã số:

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Thông tin chung

1.1. Tên học phần: GIÁO DỤC THỂ CHẤT 1: ĐIỀN KINH, THỂ DỤC VÀ TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG	1.2. Tên tiếng Anh: PHYSICAL EDUCATION 1: ATHLETICS, PHYSICAL AND ACTIVE GAME
1.3. Mã học phần: TQGDTC.001	1.4. Số tín chỉ: 01
1.5. Phân bố thời gian: ¹	
- Lý thuyết:	0 tiết
- Thực hành:	30 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 Tuyền, 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

Sinh viên hiểu và vận dụng được vào thực tiễn các kiến thức cơ bản về Thể dục (đội hình đội ngũ, thể dục tay không từ lớp 1 đến lớp 5, nhảy dây); Điền kinh (kỹ thuật đi và chạy cự ly ngắn; kỹ thuật các động tác bật, nhảy và kỹ thuật ném bóng nhỏ, ném bóng trúng đích); Trò chơi vận động (các trò chơi được quy định trong chương trình; các trò chơi dân gian, trò chơi hiện đại).

2.2. Mục tiêu cụ thể

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.

2.2.1. Về kiến thức

Trang bị cho sinh viên những kiến thức và kỹ năng cơ bản của các nội dung như: Thể dục, điền kinh và trò chơi vận động. Giúp cho học viên hiểu và nắm chắc các nguyên lý kỹ thuật; các điều luật cơ bản và phương pháp giảng dạy thực hành môn Thể dục trong trường Tiểu học.

2.2.2. Về kỹ năng

Thông qua môn học sinh viên tổ chức tốt các hoạt động phong trào thi đấu TDTT cấp trường và từng bước huấn luyện các đội tuyển thi đấu đạt kết quả tốt trong các hội thi ở cấp cụm, khu vực, cấp huyện.... Biết sử dụng các nội dung học tập vào việc rèn luyện nâng cao sức khỏe, phát triển các tố chất vận động, vận dụng tốt vào phương pháp giảng dạy bộ môn Thể dục ở Tiểu học.

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, 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
CLO 1	Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản của các nội dung như: Thể dục, điền kinh và trò chơi vận động. Hiểu được vai trò của việc tập luyện TDTT với việc hình thành các kỹ năng kỹ xảo và hoàn thiện thể chất.
CLO 2	Sinh viên hiểu và nắm chắc các nguyên lý kỹ thuật; các điều luật cơ bản và phương pháp giảng dạy thực hành môn Thể dục trong trường Tiểu học.
CLO 3	Có kỹ năng thực hiện một số kỹ thuật cơ bản trong hoạt động thể chất cho trẻ (Bài thể dục tay không, kỹ thuật đi chạy nhảy...)
CLO 4	Có khả năng tổ chức các trò chơi vận động, tổ chức các hoạt động giáo dục thể chất. Biết tập hợp đội hình đội ngũ
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 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 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: Tập hợp hàng ngang, hàng dọc, dóng hàng, điểm số. Cách chào, báo cáo khi lên lớp, xuống lớp; Nghiêm, nghỉ, quay phải, trái, quay đằng sau, giậm chân tại chỗ, đứng lại; Thẻ dục rèn luyện tư thế và thẻ dục tay không; Kỹ thuật nhảy dây	50%		CLO3 CLO4	Chấm theo đáp án/hướng dẫn chấm
		A2.2: Kỹ thuật đi và chạy cự ly ngắn; Kỹ thuật các động tác bật và nhảy; Kỹ thuật ném bóng nhỏ	50%		CLO3 CLO4	
A3. Đánh giá cuối kỳ	70%	Bài ktra cuối kỳ: Thực hành			CLO1 CLO2 CLO3	Chấm theo đáp án/hướng dẫn chấm

					CLO4 CLO5	
--	--	--	--	--	--------------	--

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 $\geq 60\%$ 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)	CDR của bài học (chương)/chủ đề	Lquan đến CDR nào ở bảng 1	PP giảng dạy , tài liệu và cơ sở vật chất, thiết bị cần thiết để đạt CDR	Hoạt động học của SV(*)	Tên bài đánh giá
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	CHƯƠNG 1. THỂ DỤC, NHẢY DÂY 1.1. Đội hình đội ngũ 1.1.1. Ý nghĩa, tác dụng của tập luyện đội ngũ thể dục 1.1.2. Tập hợp hàng ngang, hàng dọc, dóng hàng, điểm số. Cách chào, báo cáo khi lên lớp, xuống lớp	10 0/10/0/0	- Nắm được ý nghĩa, tác dụng và phương pháp tập luyện đội hình đội ngũ - Có khả năng thực hiện và hướng dẫn tập luyện thể dục rèn	CLO1 CLO2 CLO3 CLO4	- Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector	- Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu	A2.1

	1.1.3. Nghiêm, nghỉ, quay phải, trái, quay đằng sau, giậm chân tại chỗ, đứng lại 1.1.4. Đi đều và đứng lại, chạy đều và đứng lại. Đi đều vòng bên phải, bên trái, vòng đằng sau. Đi đều quay trái, quay phải, quay đằng sau. Cách đổi chân khi đi sai nhịp 1.2. Thể dục rèn luyện tư thế và thể dục tay không 1.2.1. Thể dục rèn luyện tư thế 1.2.2. Thể dục tay không (bài thể dục lớp 1 đến lớp 5) 1.3. Kỹ thuật nhảy dây 1.3.1. Kỹ thuật nhảy dây ngắn 1.3.2. Kỹ thuật nhảy dây dài		luyện tư thế và thể dục tay không		trình chiếu video kỹ thuật		
2	CHƯƠNG 2. ĐIỀN KINH 2.1. Kỹ thuật đi và chạy cự ly ngắn 2.1.1. Đi và chạy 2.1.2. Chạy cự ly ngắn (chạy nhanh) 2.2. Kỹ thuật các động tác bật và nhảy 2.2.1. Kỹ thuật bật cao và nhảy cao 2.2.2. Kỹ thuật bật xa và nhảy xa 2.3. Kỹ thuật ném bóng nhỏ 2.3.1. Kỹ thuật ném bóng đi xa trúng đích	10 0/10/0/0	- Có khả năng thực hiện và hướng dẫn tập luyện các kỹ thuật đi, chạy, bật, nhảy, ném	CLO1 CLO2 CLO3	- Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật	- Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu	A2.2

	2.3.2. Kỹ thuật ném bóng đi xa vai hướng ném (không đà và có đà)						
3	CHƯƠNG 3. TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG 3.1. Các trò chơi ở lớp 1 theo chương trình ở Tiểu học 3.2. Các trò chơi ở lớp 2 theo chương trình ở Tiểu học 3.3. Các trò chơi ở lớp 3 theo chương trình ở Tiểu học 3.4. Các trò chơi ở lớp 4 theo chương trình ở Tiểu học 3.5. Các trò chơi ở lớp 5 theo chương trình ở Tiểu học 3.6. Một số trò chơi dân gian và trò chơi hiện đại	2 0/10/0/0	- Hiểu và tổ chức được các trò chơi cho học sinh từ lớp 1 đến lớp 5	CLO1 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 cực 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 CDR: Nêu tên các PP giảng dạy sử dụng trong từng chương để đạt CDR
- (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 Lâm	1997	Huấn luyện bóng chuyền	NXB Thể dục thể thao
	Phạm Thị Thiệu	2012	Sinh lý 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	
1	Giảng đường A	Projector, máy tính cá nhân	1	Bài 1,2
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

Phụ trách bộ môn

Người biên soạn

TS. Trần Thủy

TS. Cao Phương

TS. Cao Phương