

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: Physical education 2
1.3. Mã học phần: TQGDTC.003	1.4. Số tín chỉ: 01
1.5. Phân bố thời gian: 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 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**

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.

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. 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 thế 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 ngoài 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 thế 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 thực/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: Chuyên bóng cao tay bằng hai tay; Kỹ thuật phát bóng; Thẻ lực	50%		CLO3	Chấm theo đáp án/hướng dẫn chấm
		A2.2: Chuyên bóng thấp tay bằng hai tay; Kỹ thuật phát bóng; Thẻ 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 $\geq 60\%$ 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	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	
2	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	

3	<p>Bài 3. Tư thế chuẩn bị và di chuyển</p> <p>3.1. Tư thế chuẩn bị</p> <p>3.2. Di chuyển</p> <p>3.3. Các bài tập về tư thế chuẩn bị và di chuyển, thể lực</p>	<p>2</p> <p>0/2/0/0</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>CLO2</p> <p>CLO3</p> <p>CLO4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật 	<ul style="list-style-type: none"> - Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu 	
4	<p>Bài 4. Kỹ thuật chuyền bóng</p> <p>4.1. Chuyền bóng thấp tay bằng hai tay</p> <p>4.2. Chuyền bóng cao tay bằng hai tay</p> <p>4.3. Các bài tập hỗ trợ kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và cao tay</p> <p>4.4. Các trò chơi vận động với bóng</p> <p>4.5. Các bài tập thể lực</p>	<p>12</p> <p>0/12/0/0</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 hỗ 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 	<p>CLO2</p> <p>CLO3</p> <p>CLO4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật 	<ul style="list-style-type: none"> - Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu 	<p>A2.1</p> <p>A2.2</p>

5	<p>Bài 5. Kỹ thuật phát bóng</p> <p>5.1. Kỹ thuật phát bóng thấp tay chính diện (nữ)</p> <p>5.2. Kỹ thuật phát bóng cao tay chính diện (nam)</p> <p>5.3. Các bài tập bổ trợ kỹ thuật phát bóng</p> <p>5.4. Các bài tập thể lực</p>	<p>6 0/6/0/0</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>CLO2 CLO3 CLO4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật 	<ul style="list-style-type: none"> - Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu 	<p>A2.1 A2.2</p>
6	<p>Bài 6. Kỹ thuật đập bóng</p> <p>6.1. Kỹ thuật đập bóng chính diện số 4 theo phương lấy đà</p> <p>6.2. Các bài tập bổ trợ để tiếp thu kỹ thuật đập bóng, thể lực</p> <p>6.3. Ôn tập, kiểm tra</p>	<p>6 0/6/0/0</p>	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<p>CLO2 CLO3 CLO4 CLO5</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Phân tích, giảng giải, hướng dẫn quan sát - Thị phạm, làm mẫu - Sử dụng máy tính và projector trình chiếu video kỹ thuật 	<ul style="list-style-type: none"> - Tích cực tập luyện - Quan sát giảng viên thị phạm và video kỹ/chiến thuật thi đấu 	
Theo lịch thi	<p>Kiểm tra cuối kì</p>						<p>A3</p>

(*) 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, tìm 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

T T	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 Việt 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
	Đình Lâm	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	
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