

## ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT MÔN HỌC

### 1. Thông tin về môn học:

- [1] Tên môn học: **Giáo dục thể chất 2 (Bóng chuyền)**  
 Tên tiếng Anh: Physical Education (Volleyball)  
 Mã môn học: [GS99002]

[2] Môn học thuộc khối kiến thức:

Kiến thức giáo dục đại cương				Kiến thức giáo dục chuyên nghiệp			
Khoa học tự nhiên		Khoa học xã hội		Cơ sở ngành		Chuyên ngành	
Bắt buộc <input checked="" type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>

[3] Đối tượng sinh viên: (trình độ/ngành/năm học/học kỳ)

- + Trình độ: Đại học  Cao đẳng  Liên thông đại học   
 + Ngành: Tất cả các ngành Khóa học: 2017 - 2021  
 + Học kỳ (HK): Tùy ngành Năm học: 1

[4] Số tín chỉ: 0[0.1.1]

Phân bổ thời gian:

- + Lý thuyết trên lớp (15 tiết/tín chỉ): ----- 00 tiết  
 + Thực tập/Thí nghiệm/Thực hành (30 tiết/tín chỉ): ----- 30 tiết

[5] Yêu cầu của môn học về địa điểm học, trang thiết bị dụng cụ cần thiết để giảng dạy:

- + Địa điểm học: Sân học thực hành + lý thuyết  
 + Tổ chức thi: Phòng Đào tạo tổ chức  Khoa/Ban tổ chức   
 + Trang thiết bị cần thiết: Bóng chuyền  
 + Yêu cầu đặc biệt khác: Không

[6] Các môn học liên quan (nếu có):

- + Môn học tiên quyết: Không  
 + Môn học trước: Giáo dục thể chất 1  
 + Môn học song hành: Không  
 + Môn học sau: Giáo dục thể chất 3

### 2. Thông tin về đơn vị phụ trách chuyên môn, giảng viên giảng dạy:

- [1] Khoa/Ban: Ban Khoa học Cơ bản  
 Tổ bộ môn: Bộ môn Giáo dục thể chất

[2] Giảng viên biên soạn đề cương:

- + Họ tên: Lương Tuấn Phương  
 + Học hàm – Học vị: Giảng viên - Thạc sĩ  
 + Địa chỉ cơ quan: 180 Cao Lỗ, Phường 4, Quận 8, TP. Hồ Chí Minh  
 + Điện thoại liên hệ: 0938703003  
 + Hộp thư điện tử: phuong.luongtuan@stu.edu.vn

[3] Giảng viên phụ trách giảng dạy: -----

- + Học hàm – Học vị: -----  
 + Địa chỉ cơ quan: -----  
 + Điện thoại liên hệ: -----  
 + Hộp thư điện tử (email): -----  
 + Thời gian và địa điểm làm việc: -----

[4] Giảng viên trợ giảng: -----

- + Học hàm – Học vị: -----
- + Địa chỉ cơ quan: -----
- + Điện thoại liên hệ: -----
- + Hộp thư điện tử (email): -----
- + Thời gian và địa điểm làm việc: -----

[5] Cách liên lạc với giảng viên: Trực tiếp trong giờ làm việc tại Ban KHCB hoặc qua địa chỉ email, qua số điện thoại ở trên.

### 3. Mô tả tóm tắt nội dung môn học:

Phần lý thuyết: Lịch sử ra đời môn bóng chuyền, luật bóng chuyền, phương pháp tổ chức thi đấu và công tác trọng tài.

Phần thực hành: Tập luyện kỹ thuật cơ bản (tư thế chuẩn bị, cách di chuyển, đệm bóng, chuyền bóng, phát bóng và đập bóng)

### 4. Mục tiêu và kết quả dự kiến của môn học (CĐR)

[1] Mục tiêu của môn học:

Giới thiệu cho sinh viên khái quát về lịch sử, quá trình phát triển và một số luật cơ bản của bóng chuyền. Sinh viên hiểu, thực hành được các kỹ thuật cơ bản và có thể tham gia tập luyện đúng phương pháp, thi đấu đúng luật.

[2] Chuẩn đầu ra môn học (CĐR):

- + CĐRa: Sử dụng được các lý thuyết cơ bản của môn học bóng chuyền.
- + CĐRb: Thực hiện được các kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền.
- + CĐRc: Thể hiện tinh thần thể thao trung thực, cao thượng.

### 5. Quan hệ giữa chuẩn đầu ra môn học (CĐR môn học) và chuẩn đầu ra chương trình đào tạo (CĐR CTĐT):

[1] Chuẩn đầu ra chương trình đào tạo (Giáo dục thể chất)

Căn cứ Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 Ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Chuẩn đầu ra chương trình đào tạo (Giáo dục thể chất) được xây dựng như sau:

+ Đối với Nam:

Tuổi	Phân loại	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
		CĐR_G01	CĐR_G02	CĐR_G03	CĐR_G04
18	Tốt	> 21	> 222	< 11,80	> 1050
	Đạt	≥ 16	≥ 205	≤ 12,50	≥ 940
19	Tốt	> 22	> 225	< 11,75	> 1060
	Đạt	≥ 17	≥ 207	≤ 12,40	≥ 950
20 trở lên	Tốt	> 23	> 227	< 11,70	> 1070
	Đạt	≥ 18	≥ 209	≤ 12,30	≥ 960

+ Đối với Nữ:

Tuổi	Phân loại	Năm giữa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
		CĐR_G01	CĐR_G02	CĐR_G03	CĐR_G04
18	Tốt	> 18	> 168	< 12,10	> 930
	Đạt	≥ 15	≥ 151	≤ 13,10	≥ 850
19	Tốt	> 19	> 169	< 12,00	> 940
	Đạt	≥ 16	≥ 153	≤ 13,00	≥ 870
20 trở lên	Tốt	> 20	> 170	< 11,90	> 950
	Đạt	≥ 17	≥ 155	≤ 12,90	≥ 890

[2] Ma trận giữa CĐR môn học và CĐR CTĐT (Giáo dục thể chất):

Chuẩn đầu ra CTĐT	Chuẩn đầu ra môn học		
	CĐRa	CĐRb	CĐRc
CĐR_G01	X	X	X
CĐR_G02	X	X	X
CĐR_G03	X	X	X
CĐR_G04	X	X	X

[3] Quan hệ giữa CĐR môn học và CĐR CTĐT:

CĐR môn học	Các hoạt động dạy và học (theo từng phân, chương, ...)		Phương pháp kiểm tra đánh giá (quá trình, giữa kỳ, cuối kỳ)		CĐR CTĐT
	Hoạt động dạy	Hoạt động học	Phương pháp	Tỷ trọng	
CĐRa	- Lịch sử ra đời và phát triển môn bóng chuyền - Kích thích sân bãi, trang thiết bị dụng cụ trong bóng chuyền.	- Sinh viên thảo luận và tự học	- Giảng viên giảng bài	70%	CĐR_G01 CĐR_G02 CĐR_G03 CĐR_G04
CĐRb	- Các tư thế chuẩn bị - Bài khởi động chung - Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay - Kỹ thuật chuyền bóng cao tay - Kỹ thuật phát bóng - Kỹ thuật đập bóng	- Sinh viên tập luyện và thực hành theo nhóm - Sinh viên tập luyện và thực hành biên soạn theo	- Giảng viên giảng và thị phạm động tác		
CĐRc	- Thể hiện tinh thần thể thao trung thực, cao thượng.	- Sinh viên đi học đầy đủ - Tập luyện chăm chỉ siêng năng - Ý thức tổ chức kỷ luật	- Giảng viên kiểm tra - Sinh viên thực hiện bài kiểm tra và ôn kỹ thuật chạy.	30%	

6. **Giáo trình và tư liệu:**

Tài liệu tham khảo chính:

[1] PGS.TS Bùi Huy Châm – kỹ thuật bóng chuyền và các bài tập huấn luyện

[2] UB TDTT – Luật bóng chuyền – NXB TDTT – 2006

7. **Phương thức đánh giá môn học:**

[1] Yêu cầu chung của môn học theo quy chế:

- + Sinh viên tham dự lớp học đầy đủ, thường xuyên chăm chỉ tập luyện và chú ý nghe giảng, thị phạm động tác của giảng viên;
- + Sinh viên nghiêm túc thực hiện các yêu cầu của giảng viên đối với môn học;
- + Sinh viên nghiêm túc thực hiện thi kết thúc môn học;
- + Sinh viên vi phạm quy chế thi sẽ bị xử lý theo quy định.

- [2] Để hoàn tất môn học, sinh viên phải “đạt”:
- + Điểm tổng kết môn học  $\geq 5,0$  (năm) điểm theo thang điểm 10,0 (mười);
  - + Thực hiện đầy đủ các yêu cầu đánh giá môn học theo trọng số (%) của các điểm thành phần như sau:
    - Điểm quá trình: ----- chiếm 30 % (a)
    - Điểm kiểm tra giữa kỳ: ----- chiếm 00 % (b)
    - Điểm thi cuối kỳ: ----- chiếm 70 % (c)
    - Điểm tổng kết môn học: ----- (a) + (b) + (c) = 100%
  - + Xếp loại đánh giá của môn học: Theo thang điểm 10,0 điểm

Xếp loại	Thang điểm 10,0 điểm	Đáp ứng chuẩn đầu ra môn học
<b>Đạt yêu cầu tích lũy</b>		<i>Đạt CDR môn học theo cấp độ</i>
- Xuất sắc	Từ 9,0 đến 10,0	
- Giỏi	Từ 8,0 đến cận 9,0	
- Khá	Từ 7,0 đến cận 8,0	
- Trung bình khá	Từ 6,0 đến cận 7,0	
- Trung bình	Từ 5,0 đến cận 6,0	
<b>Không đạt yêu cầu tích lũy</b>		<i>Chưa đạt CDR môn học, phải học lại</i>
- Yếu	Từ 3,0 đến cận 4,0	
- Kém	Từ 0,0 đến cận 3,0	

- [3] Hình thức, nội dung, thời lượng và tiêu chí chấm điểm của các bài thi:
- + Kiểm tra đánh giá kỹ thuật đệm bóng thấp tay, chuyên bóng cao tay trước mặt và phát bóng.
  - + Yêu cầu: Đệm bóng và chuyên bóng qua lưới theo từng cặp, mỗi kỹ thuật thực hiện liên tục 10 lần, mỗi lần đạt 1 điểm (không có lưới đối với nữ và có lưới cao 2m đối với nam). Phát bóng thấp tay (đối với nữ) và cao tay (đối với nam), mỗi sinh viên thực hiện 5 quả, mỗi quả qua lưới vào sân 2 điểm.
  - + Thời gian tổ chức thi: 2 buổi học tuần thứ 14 và 15

- [4] Tiêu chí đánh giá/chấm điểm cụ thể:
- + Điểm 30% quá trình:
    - Tham gia học đầy đủ: 30%
    - Tập luyện chăm chỉ, siêng năng: 30%
    - Ý thức tổ chức kỷ luật: 40%
  - + Điểm 70% thi cuối kỳ: (chuyên bóng thấp tay + cao tay + phát bóng)/3
  - + Tiêu chí chấm điểm đối môn bóng chuyên:

Điểm	Nội dung kiểm tra						Ghi chú
	Thi cuối HK						
	(Đệm bóng + chuyên bóng + phát bóng) / 3						
	Đệm bóng (số lần)		Chuyên bóng (số lần)		Phát bóng (số lần)		
	Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ	
1	1	1	1	1	1	1	
2	2	2	2	2	1	1	
3	3	3	3	3	2	2	
4	4	4	4	4	2	2	
5	5	5	5	5	3	3	
6	6	6	6	6	3	3	
7	7	7	7	7	4	4	
8	8	8	8	8	4	4	
9	9	9	9	9	5	5	
10	10	10	10	10	5	5	

## 8. Nội dung môn học (đề cương chi tiết của môn học):

**Chương 1:** Giới thiệu lịch sử ra đời môn bóng chuyền, kích thước sân bãi, trang thiết bị dụng cụ trong bóng chuyền

**Chương 2:** Tư thế chuẩn bị, cách di chuyển trong bóng chuyền. Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, chuyền bóng cao tay và phát bóng

**Chương 3:** Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài, kiểm tra và đánh giá.

**Kiểm tra và đánh giá**

**9. Hình thức tổ chức dạy học:**

[1] Hình thức tổ chức giảng dạy môn học:

Nội dung	Hình thức tổ chức giảng dạy môn học					Tổng cộng
	Giờ lên lớp			Thực hành	Tự học/ nghiên cứu	
	Lý thuyết	Bài tập	Thảo luận			
Chương 1	2			0		2
Chương 2	2			22		24
Chương 3	2			2		4
Tổng	6			24		30

[2] Kế hoạch giảng dạy và học tập cụ thể:

Tuần	Tiết học	Nội dung chính	Yêu cầu sinh viên chuẩn bị	Hình thức tổ chức giảng dạy	Tài liệu tham khảo
Tuần 1	2	Lý thuyết và phương pháp - Lịch sử ra đời và sự phát triển môn bóng chuyền - Kích thước sân bãi, trang thiết bị dụng cụ	- Sinh viên thảo luận và tự học	- Giảng viên giảng dạy	- UB-TDĐT Luật bóng chuyền-XB TDĐT – 2006
Tuần 2	2	- Một số điều luật cơ bản - Khởi động chung và chuyên môn - Trò chơi với bóng - Các tư thế cơ bản và bước di chuyển của bóng - Thể lực chung	- Sinh viên tập luyện và thực hành	- Giảng viên giảng dạy và thị phạm động tác	- PGS.TS Bùi Huy Châm – kỹ thuật bóng chuyền và các bài tập huấn luyện
Tuần 3	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Các tư thế cơ bản và bước di chuyển của bóng - Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 4	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn các tư thế cơ bản và bước di chuyển của bóng - Kỹ thuật chuyền bóng	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 5	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn luyện các kỹ thuật chuyền bóng + Thấp tay + Cao tay - Trò chơi vận động - Thể lực chung	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 6	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn Kỹ thuật chuyền bóng - Giới thiệu kỹ thuật phát bóng	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 7	2	- Ôn luyện các nội dung đã học + Chuyền bóng thấp tay, cao tay + Phát bóng thấp tay (nữ), phát bóng cao tay (nam) - Thể lực chung	- Sinh viên tập luyện và thực hành		

Tuần	Tiết học	Nội dung chính	Yêu cầu sinh viên chuẩn bị	Hình thức tổ chức giảng dạy	Tài liệu tham khảo
Tuần 8	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn kỹ thuật chuyên bóng - Ôn luyện kỹ thuật phát bóng - Trò chơi vận động	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 9	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Giới thiệu kỹ thuật đập bóng - Thể lực chung	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 10	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn tập kỹ thuật đập bóng - Thể lực chung	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 11	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Ôn tập, phối hợp các kỹ thuật - Trò chơi vận động	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 12	2	- Ôn tập, phối hợp các kỹ thuật - Thi đấu	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 13	2	- Ôn tập, phối hợp các kỹ thuật - Thi đấu	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 14	2	- Khởi động chung và chuyên môn - Tổ chức trọng tài	- Sinh viên tập luyện và thực hành		
Tuần 15	2	- Kiểm tra kỹ thuật phát bóng. - Kiểm tra kỹ thuật chuyên bóng	- Sinh viên thực hiện nội dung kiểm tra	- Giảng viên kiểm tra	

10. Đề cương được biên soạn và cập nhật ngày:----- Tháng 04/2017

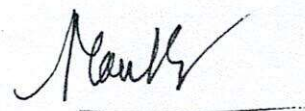
11. Đề cương được thẩm định và thông qua ngày:----- Tháng 05/2017

Giảng viên biên soạn  
(Ký và ghi rõ họ tên)



THS. Lương Tuấn Phương

Trưởng Khoa/Ban chuyên môn  
(Ký và ghi rõ họ tên)



TS. Trần Ngọc Lân