

ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN
NĂM HỌC 2018 – 2019

Tên Học Phần: Giáo dục thể chất 2

Mã Học Phần: 000873

1. Thông tin về học phần

- Số tín chỉ: 01 Tổng số tiết quy chuẩn: 30

- Phân bổ thời gian: Học kỳ 2

Tổng thời gian học của sinh viên	Giờ trên lớp				Tổng thời gian học trên lớp và tự học
L = Lý thuyết	L	T	P	O	30 + 60 = 90
T = Bài tập					
P = Thực hành	3	0	27	0	
O = Thảo luận/seminar					

Loại học phần: Bắt buộc

Học phần tiên quyết: Không

Học phần học trước: Không

Học phần học song hành: Không

Ngôn ngữ giảng dạy: Tiếng Việt Tiếng Anh:

2. Đơn vị phụ trách: Bộ môn Giáo dục thể chất - khoa Cơ bản.

3. Mục tiêu của học phần (kí hiệu MT):

*** Về kiến thức**

MT1: Hiểu về lịch sử hình thành, phát triển môn quần vợt trên thế giới và Việt Nam, ý nghĩa và lợi ích của người chơi môn quần vợt

MT2: Nắm vững các nguyên lý, kỹ thuật cơ bản của môn quần vợt.

MT3: Nắm vững các kỹ thuật đánh bóng trong quần vợt.

MT4: Nắm vững một số quy định trong quần vợt, hệ thống tính điểm và một số sửa đổi trong quần vợt.

*** Về kỹ năng**

MT5: Có kỹ năng thực hiện các kỹ thuật cơ bản của môn quần vợt (kỹ thuật cầm vợt, Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên bên phải, kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên bên trái, kỹ thuật giao bóng) khi thực hành trên lớp và trong thực tiễn thi đấu môn quần vợt.

*** Về năng lực tự chủ và trách nhiệm**

MT6: Có kỹ năng xử lý tình huống nhanh, kỹ năng giao tiếp và ứng xử trong tập thể.

MT7: Có ý thức chăm sóc sức khỏe và tinh thần thể thao cao thượng.

MT8: Có ý thức tích cực tham gia các hình thức hoạt động thể dục thể thao quần chúng.

MT9: Tự giác tập luyện, hướng dẫn người khác cùng tập luyện.

MT10: Có ý thức phòng ngừa bệnh tật trong tập luyện và thi đấu thể thao.

4. Mức đóng góp của học phần cho chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo

Học phần (HP) đóng góp cho chuẩn đầu ra (CDR) của chương trình đào tạo (CTĐT), ta ký hiệu là PO, theo mức độ sau:

0 = Không đóng góp; 1 = Mức thấp; 2 = Mức trung bình; 3 = Mức cao

Mã HP	Tên HP	Mức độ đóng góp của học phần cho CDR của CTĐT										
		PO1	PO2	PO3	PO4	PO5	PO6	PO7	PO8	PO9	PO10	PO11
000873	Giáo dục thể chất 2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		PO12	PO13	PO14	PO15	PO16	PO17	PO18	PO19	PO20	PO21	
		0	2	0	0	0	0	0	0	1	1	

5. Chuẩn đầu ra của học phần (ký hiệu CO)

Mục tiêu HP	CDR của HP	Nội dung CDR của học phần Hoàn thành học phần này, sinh viên đạt được:	CDR của CTĐT
Kiến thức			
MT1	CO1	Biết được lịch sử hình thành và phát triển môn quần vợt trên Thế giới và Việt Nam, ý nghĩa và lợi ích của người chơi môn quần vợt.	PO2
MT2	CO2	Nắm được các nguyên lý kỹ thuật cơ bản của môn quần vợt.	PO2
MT3	CO3	Nắm vững và thực hành được các kỹ thuật đánh bóng trong quần vợt.	PO2
MT4 MT5	CO4	Nắm vững một số quy định trong quần vợt, hệ thống tính điểm và một số sửa đổi trong quần vợt.	PO2
Kỹ năng			

MT3	CO5	Thực hiện được các kỹ thuật cơ bản của môn quần vợt (Kỹ thuật cầm vợt, Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên bên phải, Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên bên trái, Kỹ thuật giao bóng) khi thực hành trên lớp cũng như trong thực tiễn thi đấu môn quần vợt	PO13
MT4			
MT5			
MT6			
MT8			
MT9			
Năng lực tự chủ và trách nhiệm			
MT7	CO6	Nhận thức được tầm quan trọng của việc tập luyện thể dục thể thao, phòng ngừa bệnh tật trong tập luyện và thi đấu thể thao.	PO20, PO21
MT9			
MT10			
MT6	CO7	Tích cực tham gia các hoạt động thể dục thể thao quần chúng, tự giác tập luyện, hướng dẫn người khác cùng tập luyện	PO20, PO21
MT8			
MT9			

6. Nội dung tóm tắt của học phần

Học phần Quần vợt trang bị cho sinh viên:

- Những kiến thức về lịch sử hình thành và phát triển môn quần vợt trên thế giới và Việt Nam;
- Ý nghĩa và lợi ích của người chơi môn quần vợt;
- Các nguyên lý kỹ thuật cơ bản của môn quần vợt;
- Các kỹ thuật đánh bóng (kỹ thuật cầm vợt, kỹ thuật đánh bóng xoáy lên bên phải, kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên bên trái, kỹ thuật giao bóng);
- Một số quy định trong quần vợt, hệ thống tính điểm và một số sửa đổi trong quần vợt.

7. Phương pháp, hình thức tổ chức dạy học

Phương pháp, hình thức tổ chức dạy học	Mục đích	CDR của HP đạt được
Thuyết trình	Cung cấp cho sinh viên kiến thức cơ bản của học phần một cách khoa học, logic.	CO1, CO2, CO3, CO4, CO5
Thảo luận	Thông qua việc hỏi đáp giữa giảng viên và sinh viên để làm rõ các nội dung kiến thức trong học phần.	CO1, CO2, CO3, CO4, CO5
Thực hành (Thị phạm, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi, trực quan)	Giúp sinh viên hiểu rõ và thực hiện được các kỹ năng chuyên môn trong bóng chuyền, đồng thời phát triển thể lực cho sinh viên	CO3, CO5, CO6, CO7

Nghiên cứu bài học, đọc tài liệu tham khảo	Giúp người học tăng cường năng lực tự học, tự nghiên cứu.	CO1, CO2, CO3, CO4, CO5
---------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------	-------------------------

8. Nhiệm vụ của sinh viên

Dự lớp: đọc trước giáo trình, phát hiện vấn đề, nghe giảng, nêu các câu hỏi, tham gia thảo luận về các vấn đề do giảng viên và sinh viên đặt ra.

Thảo luận giữa giảng viên và sinh viên để làm rõ các nội dung, kiến thức trong học phần.

Tự học, tự nghiên cứu ở nhà những vấn đề đã được nghe giảng trong buổi học

Ra, vào lớp đúng giờ quy định.

Tham gia đầy đủ 100% giờ thực hành và tập luyện theo hướng dẫn của giảng viên.

Chuẩn bị dụng cụ và trang phục theo quy định.

Tham dự thi phần thực hành.

9. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên (thang điểm 10)

TT	Hình thức	Trọng số (%)	Tiêu chí đánh giá	CDR của HP	Điểm tối đa
1	Chuyên cần	10 10	+ Tính chủ động, mức độ tích cực chuẩn bị bài và tham gia các hoạt động trong giờ học. + Thời gian tham dự buổi học bắt buộc, vắng không quá 20% số tiết học. Tùy số tiết vắng, GV quyết định số điểm theo tỷ lệ vắng	CO1, CO2, CO3, CO4, CO5	10
2	Bài kiểm tra giữa kỳ	30	+ Giao bóng theo sở trường (topspin; sidespin; flat) + Giao bóng 05 quả bên góc phải + Giao bóng 05 quả bên góc trái	CO2, CO3, CO4, CO5, CO6, CO7	10
3	Thi kết thúc HP (đợt 1)	25	+ Đánh bóng thuận tay (forehand) + Đánh 05 lần theo đường thẳng về cuối sân + Đánh 05 lần theo đường chéo về cuối sân	CO2, CO3, CO4, CO5, CO6, CO7	10
4	Thi kết thúc HP (đợt 2)	25	+ Đánh bóng trái tay (backhand) + Đánh 05 lần theo đường thẳng về cuối sân + Đánh 05 lần theo đường chéo về cuối sân	CO2, CO3, CO4, CO5, CO6, CO7	10

10. Học liệu

10.1. Tài liệu học tập

[1]. Khoa Cơ bản - Trường Đại học Nam Cần Thơ (2019), *Bài giảng môn quần vợt*.

10.2. Tài liệu tham khảo

[2]. Vũ Như Ý (2001), *Hướng dẫn chơi quần vợt*, Nhà xuất bản thể dục thể thao Hà Nội.

11. Nội dung chi tiết học phần

Tuần	Nội dung	Tài liệu	CDR của HP
LÝ THUYẾT			
1	Chương 1: Lịch sử hình thành và phát triển môn quần vợt		
	+ Nguồn gốc và lịch sử phát triển môn Quần vợt trên thế giới. + Lịch sử phát triển môn quần vợt ở Việt Nam. + Ý nghĩa, lợi ích của người chơi môn Quần vợt	[1] Chương 1. Trang 1-4 [2] Quần vợt	CO1, CO6, CO7
	Chương 2 Nguyên lý kỹ thuật cơ bản của quần vợt		
	+ Cấu trúc sinh cơ học của hoạt động đánh bóng trong Quần vợt + Điều khiển hoạt động đánh bóng + Các yếu tố đánh bóng.	[1] Chương 2. Trang 5-9 [3] Hướng dẫn chơi quần vợt	CO2, CO5, CO6, CO7
	Chương 3 Kỹ thuật đánh bóng		
	+ Cách cầm vợt + Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên bên phải (forehand) + Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên bên trái (backhand) + Kỹ thuật giao bóng	[1] Chương 3. Trang 10-15 [3] Hướng dẫn chơi quần vợt	CO3, CO5, CO6, CO7
	Chương 4 Một số quy định trong quần vợt		
	+ Sân, thiết bị cố định, bóng và vợt: sân thi đấu, thiết bị cố định, bóng,	[1] Chương 4. Trang 16-25	CO4, CO5, CO6, CO7

	<ul style="list-style-type: none"> vợt. + Giao bóng và đỡ giao bóng: đánh đơn, đánh đôi + Chọn bên và chọn giao bóng + Lỗi khi giao bóng: đánh đơn, đánh đôi + Lỗi giao bóng + Đấu thủ thua điểm 	[2] Quần vợt	
	Chương 5: Hệ thống tính điểm trong quần vợt		
	<ul style="list-style-type: none"> + Hệ thống tính điểm: tính điểm trong game, tính ván trong hiệp, số hiệp tối đa, tiến hành trận đấu và thời gian nghỉ, thay bóng. + Cản trở đối phương + Bóng rơi trên vạch + Bóng chạm các thiết bị cố định + Đánh bóng trả tốt + Đấu thủ bị cản trở 	<p>[1] Chương 5 trang 26-32</p> <p>[2] Quần vợt</p>	CO4, CO6, CO7
THỰC HÀNH			
2	<p>Bài 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Cách cầm vợt, tư thế chuẩn bị và di chuyển + Cách cầm vợt + Tư thế chuẩn bị + Di chuyển 	<p>[1] Chương 3. Trang 10-11</p> <p>[2] Quần vợt</p> <p>[3] Hướng dẫn chơi quần vợt</p>	CO3, CO5, CO6, CO7
3	<p>Bài 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Kỹ thuật giao bóng (topspin; sidespin; flat) + Tư thế chuẩn bị + Yếu lĩnh động tác: giao bóng thẳng, giao bóng chém, giao bóng xoáy + Kết thúc động tác 	<p>[1] Chương 2 Trang 14-15</p> <p>[2] Quần vợt</p> <p>[3] Hướng dẫn chơi quần vợt</p>	CO3, CO5, CO6, CO7

KIỂM TRA GIỮA KỲ			CO3, CO5, CO6, CO7
4	Bài 3: + Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên bên phải (forehand) + Tư thế chuẩn bị + Yếu lĩnh động tác + Kết thực động tác	[1] Chương 2 Trang 11-12 [2] Quần vợt [3] Hướng dẫn chơi quần vợt	CO3, CO5, CO6, CO7
5 - 6 - 7	Bài 4: + Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên bên trái (backhand) + Tư thế chuẩn bị + Yếu lĩnh động tác + Kết thực động tác	[1] Chương 2 Trang 12-13 [3] Hướng dẫn chơi quần vợt	CO3, CO5, CO6, CO7
8 - 9 - 10	Bài 5: + Kỹ thuật đánh trả giao bóng + Phát triển kỹ năng đánh trả giao bóng và hạn chế sức tấn công của đối phương	[3] Hướng dẫn chơi quần vợt	CO3, CO5, CO6, CO7
	KIỂM TRA CUỐI KỲ (ĐỢT 1)		CO3, CO5, CO6, CO7
	KIỂM TRA CUỐI KỲ (ĐỢT 2)		CO3, CO5, CO6, CO7

12. Yêu cầu của giảng viên đối với học phần

- Sân bãi: sân quần vợt, bóng, vợt và một số dụng cụ khác
- Đối với sinh viên: trang phục thể dục, vợt và mang giày.

TRƯỞNG KHOA
Đã ký

Cần Thơ, ngày tháng năm 2018.
TRƯỞNG BỘ MÔN
Đã ký

HIỆU TRƯỞNG
Đã ký

