|  |  |
| --- | --- |
| UBND TỈNH TUYÊN QUANG  **TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

***(Ban hành kèm theo Quyết định số: 946/QĐ-ĐHTTr ngày 06 tháng 9 năm 2024 của Hiệu trưởng Trường Đại học Tân Trào)***

|  |  |
| --- | --- |
| **Trình độ đào tạo:** | Đại học |
| **Nhóm các môn chung:** | Giáo dục Thể chất  Giáo dục Quốc phòng - An ninh |
|  |  |
|  |  |

**Năm 2024**

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 1

Mã học phần: TC2.1.001.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 02 TC

- Loại học phần: Bắt buộc

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 02 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 27 giờ

+ Kiểm tra: 1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 20 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@mail.com |
| 2 | ThS.Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 3 | Th.S. Lý Văn Thành | 0985286779 | [lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:Lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 4 | TS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915475878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 5 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật chạy cự ly trung bình, chạy cự ly ngắn để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật chạy để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng chạy để rèn luyện thân thể.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật chạy cự ly trung bình, chạy cự ly ngắn để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện được kỹ thuật chạy cự ly trung bình, hoàn thành cự ly chạy 800m (nữ) 1500m (nam). | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã được học để tập luyện. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kỹ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Kiến thức** | Cứng | Mềm |
| Ch  1 | Ch  2 | Ch  3 | Ch  4 | Ch  5 | Ch  6 |
| **Chương 1:**  **Kiến thức chung** | 1.1. Vai trò, tác dụng của hoạt động TDTT trong rèn luyện thể chất và trong công tác tổ chức hoạt động giáo | 1 | 1 |  |  | 2 | 1 |  |
| 1.2. Một số khái niệm cơ bản về TDTT | 1 | 1 |  |  | 2 | 1 |  |
| 1.3. Các bệnh lý thường gặp trong tập luyện và thi đấu. | 1 | 1 |  |  | 2 | 1 |  |
| **Chương 2: Chạy cự ly ngắn** | 2.1. Các bài tập bổ trợ cho chạy cự ly ngắn. | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 2.2. Kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát. | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 2.3.Kỹ thuật chạy giữa quãng | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 2.4. Kỹ thuật chạy về đích. | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| **Chương 3: Chạy cự ly trung bình** | 3.1. Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 3.2.Kỹ thuật chạy giữa quãng. | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 3.3. Kỹ thuật chạy về đích. | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |
| 3.4.Một số bài tập bổ trợ phát triển sức bền.  Kiểm tra | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 |  |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về chạy cự ly ngắn và chạy cự ly trung bình; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số tiết** | **Yêu cầu**  **đối với**  **người học** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** | **2** |  |  |  |
|  | **Chương 1:Kiến thức chung** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.3. Vai trò, tác dụng của hoạt động TDTT trong rèn luyện thể chất và trong công tác tổ chức hoạt động giáo dục.  1.2. Một số khái niệm cơ bản về TDTT  1.3. Các bệnh lý thường gặp trong tập luyện và thi đấu. | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Lớp học |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng | 4 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. | Thư viện |  |
|  | **Chương 2: Chạy cự ly ngắn** | **13** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.1. Các bài tập bổ trợ cho chạy cự ly ngắn. | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 3 | Thư viện, sân vận động |  |
| 2.2. Kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát. | 3 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| 2.3. Kỹ thuật chạy giữa quãng | 6 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| 2.4. Kỹ thuật chạy về đích | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Nguyên lý kỹ thuật chạy cự ly ngắn.  - Luyện tập ngoại khóa chạy cự ly ngắn. | 31 | Nắm được nguyên lý kỹ thuật của chạy ngắn để áp dụng vào trong luyện tập.  - Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa. | Thư viện, sân vận động |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
|  | **Chương 3: Chạy cự ly trung bình** | **15** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 3.1. Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| 3.2. Kỹ thuật chạy giữa quãng. | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| 3.3. Kỹ thuật về đích. | 2 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| 3.4. Một số bài tập bổ trợ, bài tập kỹ thuật, trò chơi phát triển sức bền tốc độ. | 8 | Đọc học liệu số 1, học liệu số 2 | Thư viện, sân vận động |  |
| Kiểm tra | 1 | Thực hiện nội dung kiểm tra | Sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Nguyên lý kỹ thuật chạy cự ly trung bình.  - Luyện tập ngoại khóa chạy cự ly trung bình. | 35 | Năm được nguyên lý kỹ thuật chạy cự ly trung bình để áp dụng vào trong luyện tập.  - Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa. | Thư viện, sân vận động |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Hà Quang Tiến (2017), Giáo trình Điền kinh, nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Nguyễn Kim Minh (2004), *Giáo trình Điền kinh,* Nhà xuất bản Đại học sư phạm, Hà nội.

[3]. Nguyễn Đình Cường, Phan Thị Hiệp (2007), *Điền kinh,* Nxb Đại học sư phạm, Nxb Giáo dục.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  |  |  | 1 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 2 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 2 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 1 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 2 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 2 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 2 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |
| **Tổng cộng** | **2** | **1** |  | **27** |  | **20** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của người học**

***11.1. Thang điểm đánh giá***

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

***11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm***

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch5, Ch6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 giờ trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số giờ của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Hoàn thành nội dung bài kiểm tra | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch6 | 10 |

***11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi***

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 01 câu:  + Câu 1 (10 điểm): Cấp độ áp dụng  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng |  |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do – Hạnh** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2 - Bóng chuyền 1

Mã học phần: TC2.1.004.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập:

+ Học lý thuyết trên lớp: 03 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 40 giờ

+ Kiểm tra: 2 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần: Trung tâm Thể dục thể thao

**2, Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Lý Văn Thành | 0985.286.779 | [Lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:Lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | Cn. Lê Văn Ninh | 0972722003 | Lehaianh251215@gmail.com |
| 6 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | [hungquoctq@gmail.com](mailto:hungquoctq@gmail.com) |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

*- Mục tiêu chung*

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp sinh viên phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

*- Mục tiêu cụ thể:*

**+** Mt1: Có kiến thức về môn bóng chuyền để phục vụ cho việc tập luyện

+ Mt2: Thực hiện được kĩ thuật bóng chuyền để phát triển thể chất

+ Mt3: Vận dụng kĩ thuật bóng chuyền đã học vào thực tiễn cuộc sống

+ Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bóng chuyền để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện được đúng kĩ thuật đáp ứng được yêu cầu đặt ra | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt 3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã được trang bị để tự tập luyện và thi đấu | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| Ch1 | Ch2 | Ch3 | Ch4 | Ch5 | Ch6 |
| **Chương 1: Lý thuyết** | 1.1. Lịch sử phát sinh, phát triển của môn bóng chuyền | 1 |  |  |  | 1 | 1 | Giảng giải |
| 1.2. Ảnh hưởng và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể. | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Chương 2: Kĩ thuật bóng chuyền** | 2.1. Tư thế chuẩn bị và di chuyển trong bóng chuyền | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| 2.2. Kỹ thuật chuyền bóng cao tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| 2.3. Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay (đệm bóng) | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| 2.4. Kĩ thuật phát bóng thấp tay. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| 2.5. Kĩ thuật phát bóng cao tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn bóng chuyền, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | **1. Lịch sử phát sinh và phát triển môn bóng chuyền**  1.1 Sự hình thành và phát triển môn bóng chuyền trên thế giới  1.2. Lịch sử phát sinh và phát triển môn bóng chuyền ở Việt Nam  **2. Ảnh hường và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể**  2.1. Đặc điểm môn bóng chuyền  2.2. Ảnh hường và tác dụng của tập luyện bóng chuyền đối với cơ thể  **3. Luật bóng chuyền** | 3 | Học học liệu số 1 | Thời khóa biểu, Giảng đường trường Đại học Tân Trào. |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | **1. Tư thế chuẩn bị và di chuyển.**  1.1. Tư thế chuẩn bị  1.2. Tư thế đánh bóng  **2. Di chuyển**  2.1. Đi  2.2. Chạy  2.3. Nhảy  2.4. Lăn và ngã  **3. Kĩ thuật chuyền bóng cao tay** | **2**  10 |  | Thời khóa biểu, Sân bóng chuyền trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu. | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân bóng chuyền trường |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | **4. Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay**  **Kiểm tra** | 14  1 | Học học liệu số 1 | Thời khóa biểu, Sân bóng chuyền trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu. | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Thời khóa biểu, Sân bóng chuyền trường |  |
|  | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | **Kĩ thuật phát bóng**  1. Kĩ thuật phát bóng thấp tay  2. Kĩ thuật phát bóng cao tay  3. Một số điểm trong luật bóng chuyền  **4. Kiểm tra** | 14  1 | Học học liệu số 1 | Thời khóa biểu, Sân bóng chuyền trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa | 35 | Học học liệu số 1  Tự giác tích cực chủ động tham khảo tài liệu chăm chỉ trong tập luyện kĩ thuật cơ bản môn bóng chuyền. | Thư viện, ở nhà, tại sân bóng chuyền trường |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Nguyễn Đức Tuân – Trương Tấn Hùng (2020) *Giáo trình bóng chuyề*n, Nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Đồng Văn Triệu - Trương Anh Tuấn (2015) *Giáo trình lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao.

[3] Nguyễn Viết Minh – Hồ Đắc Sơn (2004) *Giáo trình bóng chuyề*n, Nhà xuất bản Đại học Sư Phạm, nơi xuất bản Đại học Sư phạm Hà Nội.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **3** | **2** |  | **40** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp, thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 03 câu:  + Câu 1 (3 điểm) Lý thuyết chung: Nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (5 điểm) Thực hành: Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 3: (2 điểm) Thực hành: Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu ; 70% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** | | |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** | | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2 – Bơi lội 1

Mã học phần: TC2.1.020.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 04 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 40 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 6 | ThS. Nguyễn Việt Phương | 0974 580 888 | Nguyenvietphuong1985@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt 1: Có kiến thức về lịch sử phát triển và kĩ thuật môn Bơi lội để phục vụ cho việc học tập.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bơi lội để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng bơi lội để phòng chống tai nạn đuối nước.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản về lịch sử phát triển và kĩ thuật môn Bơi lội để phục vụ cho việc học tập. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| **Kỹ năng cứng** | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật bơi ếch, hoàn thành cự ly 50m. | CĐR1 |
| Ch4: Thực hiện đúng kỹ thuật bơi trườn sấp. hoàn thành cự ly 15m. | CĐR1 |
| **Kỹ năng mềm** | | |
| Mt3 | Ch5: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng bơi lội đã được học trong phòng chống tai nạn đuối nước cho bản thân | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch6: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch7: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch**  **5** | **Ch**  **6** | **Ch**  **7** |
| **I. Lý thuyết** | Khái niệm môn bơi thể thao. | 1 |  | 1 |  |  |  |  | Giảng giải, thuyết trình |
| Sơ lược lịch sử bơi thể thao. | 1 |  | 1 |  |  |  |  | Giảng giải, thuyết trình |
| Tác dụng của môn bơi thể thao. | 1 | 1 | 1 |  | 2 |  |  | Giảng giải, thuyết trình |
| **II. Kỹ thuật bơi ếch** | Ôn tập:  Hoàn chỉnh kỹ thuật |  |  | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | Sửa sai |
| **III. Kỹ thuật bơi trườn sấp** | Tư thế thân người |  |  | 3 | 3 | 2 |  | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật động tác chân |  |  | 3 | 3 | 2 |  | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật động tác tay |  |  | 3 | 3 | 2 |  | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật phối hợp tay với thở |  |  | 3 | 3 | 2 |  | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật phối hợp hoàn chỉnh |  |  | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về bơi lội, phòng chống đuối nước; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **người học** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
|  | **Lý thuyết** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.1. Khái niệm môn bơi thể thao.  1.2. Sơ lược lịch sử bơi thể thao.  1.3. Tác dụng của môn bơi thể thao. | 3 | - Đọc học liệu số [1] tr5  - Đọc học liệu số [1] tr16  - Đọc học liệu số [1] tr10 | Thời khoá biểu, lớp học |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Kỹ thuật bơi ếch** |  |  |  |  |
| 2.1. Ôn tập: Phối hợp hoàn chỉnh kỹ thuật | 11 | Đọc học liệu số [1] tr.123; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| Kiểm tra | Thực hiện kỹ thuật bơi ếch | 1 | Bơi ếch đúng kỹ thuật, hoàn thành cự ly 50m | Thời khoá biểu, Bể bơi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Vận dụng kiến thức đã học để thực hiện đúng kỹ thuật; Tập luyện tích cực | Thư viện, bể bơi |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Kỹ thuật bơi trườn sấp** |  |  |  |  |
| 3.1. Tư thế thân người | 3 | Đọc học liệu số [1] tr.68; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| 3.2. Kỹ thuật động tác chân | 6 | Đọc học liệu số [1] tr.69; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| 3.3. Kỹ thuật động tác tay | 6 | Đọc học liệu số [1] tr.73; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Vận dụng kiến thức đã học để thực hiện đúng kỹ thuật; Tập luyện tích cực | Thư viện, bể bơi |  |
|  | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| 3.4. Kỹ thuật phối hợp tay với thở | 7 | Đọc học liệu số [1] tr.82; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| 3.5. Kỹ thuật phối hợp hoàn chỉnh | 7 | Đọc học liệu số [1] tr.86; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Vận dụng kiến thức đã học để thực hiện đúng kỹ thuật; Tập luyện tích cực | Thư viện, bể bơi |  |
| Kiểm tra | Kỹ thuật bơi trườn sấp | 1 | Bơi trườn sấp đúng kỹ thuật hết cự ly 25m | Bể bơi |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Ngô Xuân Viện (2015) Giáo trình Bơi thể thao, NXB Thể dục thể thao

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Nguyễn Văn Phúc (2012), *Các bài tập thể lực trong Điền Kinh,* NXB TDTT.

[3]. Đồng Văn Triệu (2015), *GT Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao,* NXB TDTT.

[4]. Vũ Chung Thủy (2014), *GT Vệ sinh Thê dục thể thao,* NXB TDTT.

[5]. Lê Hữu Hưng (2013) *GT Thể dục chữa bệnh,* NXB TDTT.

[6]. Lê Hữu Hưng (2013), *Kiểm tra Y học Thể dục thể thao*, NXB TDTT.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 4 |  |  |  |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **4** | **1** |  | **40** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của người học**

**11.1. Thang điểm đánh giá**

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

**11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm**

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 6,7 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 giờ trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số giờ của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm:Thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch 3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch7 | 10 |

**11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Lý thuyết chung: Nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (7 điểm): Cấp độ áp dụng  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu ; 70% áp dụng | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do – Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2 – Điền kinh 1

Mã học phần: TC2.1.007.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập:

+ Học lý thuyết trên lớp: 03 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 40 giờ

+ Kiểm tra: 02 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần: Trung tâm Thể dục thể thao.

**2, Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Lý Văn Thành | 0985.286.779 | [Lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:Lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS. Trần Minh Hằng | 0344166759 | tranminhhangcdtq@gmail.com |
| 4 | ThS. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 6 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | [hungquoctq@gmail.com](mailto:hungquoctq@gmail.com) |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp sinh viên phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

**+** Mt1: Có kiến thức về môn điền kinh để phục vụ cho việc tập luyện

+ Mt2: Thực hiện được kĩ thuật điền kinh để phát triển thể chất

+ Mt3: Vận dụng kĩ thuật điền kinh đã học vào thực tiễn cuộc sống

+ Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật điền kinh để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện được đúng kĩ thuật đáp ứng được yêu cầu đặt ra | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt 3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng được trang bị vào thực tiễn tập luyện hàng ngày để phát triển thể chất. | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch5** | **Ch6** |
| **Chương 1: Chạy Ngắn** | **Lý thuyết** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. Khái niệm  1.2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn chạy cự ly ngắn | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | Giảng giải |
| 1.3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng chạy cự ly ngắn đối với người tập | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1.4. Các bài tập bổ trợ cho chạy cự ly ngắn. |  | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.5. Kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.6. Kỹ thuật chạy giữa quãng | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.7. Kỹ thuật chạy về đích | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
|  | **Lý thuyết** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Chương 2: Chạy cự ly trung bình** | 1.1. Khái niệm  1.2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn chạy cự ly ngắn | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| 1.3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng chạy cự ly ngắn đối với người tập | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.1. Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2. Kỹ thuật chạy giữa quãng. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3. Kỹ thuật về đích. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4. Một số bài tập bổ trợ, bài tập kỹ thuật, trò chơi phát triển sức bền tốc độ. | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn điền kinh, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.1. Khái niệm  1.2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn chạy cự ly ngắn  1.3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng chạy cự ly ngắn đối với người tập | 2 | Đọc học liệu số 1 | Thư viện |  |
| Luyện tập ngoài sân bãi | **Kỹ thuật chạy cự ly ngắn**  1. Các bài tập bổ trợ cho chạy cự ly ngắn.  2. Kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát.  3. Kỹ thuật chạy giữa quãng  4. Kỹ thuật chạy về đích | 13 | Đọc học liệu số 1 | Thời khóa biểu, Thư viện, sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân vận động trường |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
|  | 1. Hoàn thiện kĩ thuật chạy cự ly ngắn  2. Kiểm tra | 14  1 |  | Thời khóa biểu, Thư viện, sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | - Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa. | Thư viện, sân vận động |  |
|  | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 2.1. Khái niệm chạy cự ly trung bình  2.2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn chạy cự ly trung bình  2.3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng chạy cự ly trung bình đối với người tập | **1** | Đọc học liệu số 1 | Thư viện |  |
| Luyện tập ngoài sân bãi | 2.1. Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.  2.2. Kỹ thuật chạy giữa quãng.  2.3. Kỹ thuật về đích.  2.4. Một số bài tập bổ trợ, bài tập kỹ thuật, trò chơi phát triển sức bền tốc độ.  2.5. Kiểm tra | 13  1 | Đọc học liệu số 1 | Thời khóa biểu, Thư viện, sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa. | Thư viện, sân vận động |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Hà Quang Tiến (2017), Giáo trình Điền kinh, nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Nguyễn Kim Minh (2004), *Giáo trình Điền kinh,* Nhà xuất bản Đại học sư phạm, Hà nội.

[3]. Nguyễn Đình Cường, Phan Thị Hiệp (2007), *Điền kinh,* Nxb Đại học sư phạm, Nxb Giáo dục.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  | 1 |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| 11 | 1 |  |  | 2 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **3** | **2** |  | **40** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp, thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (7 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu ; 70% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** | | |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** | | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2-Võ thuật 1(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.006.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 2 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 42 giờ

+ Kiểm tra :1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 2 | Th.S. Trần Minh Hằng | 0344166759 | tranminhhangcdtq@gmail.com |
| 2 | Th.S Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 3 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp sinh viên phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức cơ bản về lịch sử phát triển, tác dụng và các kỹ thuật căn bản trong môn võ Vovinam cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được các kỹ thuật căn bản và thực hiện được bài quyền trong môn võ Vovinam để phát triển thể chất nâng cao sức khỏe.

Mt3: Vận dụng các kỹ thuật căn bản đã được học áp dụng vào phòng tránh chấn thương và tự vệ trong cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật môn võ Vovinam để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện được các kỹ thuật căn bản và bài quyền trong môn võ Vovinam. | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kỹ thuật căn bản đã được học áp dụng vào phòng tránh chấn thương và tự vệ trong cuộc sống | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Lý thuyết** | 1.1. Lịch sử ra đời môn võ Vovinam  1.2. Quá trình phát triển môn võ Vovinam  1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn võ Vovinam | 1 | 2 |  | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** | 2.1. Các bài tập khởi động | 2 |  | 2 | 2 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2. Tập các kỹ thuật ngã | 2 |  | 2 | 2 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3. Tập các kỹ thuật căn bản | 1 |  | 2 | 2 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4. Các lối đấm |  | 2 |  | 2 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5. Các kĩ thuật đá | 2 |  | 2 | 2 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.6. Tập bài quyền số 1 | 2 |  | 2 | 2 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn võ Vovinam, phòng chống chấn thương và tự vệ trong cuộc sống; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.1. Lịch sử ra đời môn võ Vovinam.  1.2. Quá trình phát triển môn võ Vovinam  1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn võ Vovinam | 2 | Đọc học liệu số 1 chương 1 tr.7-35. Nắm vững bài học ngay tại lớp. | Lớp học.  Theo thời khóa |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.4. Các bài tập khởi động căn bản trong môn võ Voinam. | 1 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 1.5. Tập các kỹ thuật ngã trong môn võ Voinam. | 4 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 1.6. Các thế tấn cơ bản trong môn võ Vovinam. | 4 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 1.7. Gạt cạnh tay cơ bản trong môn võ Vovinam. | 4 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên. | 35 | Nghiên cứu tài liệu, tự tập luyện ngoại khoá. | Thư viên |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| 2.1. Chém cạnh tay cơ bản trong môn võ Vovinam. | 4 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 2.2. Các đòn chỏ cơ bản trong môn võ Vovinam. | 4 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 2.3. Các lối đấm căn bản trong môn võ Voinam. | 7 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 35 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa | Thư viện |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| 3.1. Các kĩ thuật đá căn bản trong môn võ Voina | 7 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 3.2. Tập bài quyền số 1 | 7 | Thực hiện tốt kỹ thuật và nắm vững kỹ thuật. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| Kiểm tra | 1 |  | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 35 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa | Thư viện |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Lê Quốc Ân và cộng sự (2008), *Kỹ thuật Vovinam - Việt Võ Đạo Tập 1*, NXB TDTT, Hà Nội.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Lê Quốc Ân và cộng sự (2011), Kỹ thuật Vovinam - Việt Võ Đạo Tập 2, NXB TDTT, Hà Nội.Sách nghiên cứu ngoài thư viện

[3]. Nông Thị Hồng, Lê Qúy Phương (2005), Vệ sinh y học TDTT, NXB Hà Nội. Sách nghiên cứu trong thư viện

[4]. Lê Văn Xem (2007), Tâm lý học TDTT, NXB ĐHSP. Sách nghiên cứu trong thư viện.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  | 1 |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| 15 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **2** | **1** |  | **42** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: Thực hiện theo được nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp, thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Lý thuyết chung, nội dung trong tín chỉ 1. Nhớ và hiểu  + Câu 2: (7 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích. Thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 1 với cấp độ áp dụng và phân tích.  Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu; 70% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2-Bóng bàn 1(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.003.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 03 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 41 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Nguyễn Văn Thành | 0963 198 288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | Th.S. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | [nguyenmyviettq@gmail.com](mailto:nguyenmyviettq@gmail.com) |
| 3 | Th.S Nguyễn Văn Hải | 0962 192 598 | [nguyenhaidhtt@gmail.com](mailto:nguyenhaidhtt@gmail.com) |
| 4 | Th.S Lý Văn Thành | 0985 286 779 | [lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 5 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0987 941 489 | [hungquoctq@gmail.com](mailto:hungquoctq@gmail.com) |
| 6 | Th.S Phùng Quang Phát | 0979 681 560 | [phungquangphat@gmail.com](mailto:phungquangphat@gmail.com) |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp sinh viên phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật môn bóng bàn để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật môn bóng bàn để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng môn bóng bàn để phát triển toàn diện các tố chất thể lực.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật môn bóng bàn để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật môn bóng bàn | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng môn bóng bàn đã được học giúp phát triển toàn diện các tố chất thể lực. | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Chương 1. Lịch sử và quá trình phát triển môn bóng bàn** | 1.1. Lịch sử ra đời môn bóng bàn | 1 | 1 |  |  | 1 |  | Giảng giải |
| 1.2. Quá trình phát triển môn bóng bàn. | 1 | 1 |  |  | 1 |  | Giảng giải |
| 1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn bóng bàn | 2 | 1 |  |  | 1 | 1 | Giảng giải |
| 1.4. Luật bóng bàn | 2 |  |  | 2 | 1 |  | Giảng giải |
| **Chương 2. Kỹ thuật môn bóng bàn** | 2.1. Cách cầm vợt và tu thế chuẩn bị đánh bóng | 2 |  | 2 |  | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2. Kỹ thuật líp bóng thuận tay ‘ |  | 2 |  | 2 | 1 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3. Kỹ thuật vụt nhanh thuận tay |  | 2 |  | 2 | 1 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4. Kỹ thuật líp bóng trái tay |  | 2 |  | 2 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5. Kỹ thuật vụt nhanh trái tay |  | 2 |  | 2 | 1 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.6. Kỹ thuật gò bóng thuận (trái) tay |  | 2 |  | 2 | 1 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản môn bóng bàn; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | Chương 1: Lịch sử và quá trình phát triển môn bóng bàn | 4 |  |  |  |
| 1.1. Lịch sử ra đời môn bóng bàn  1.2. Quá trình phát triển môn bóng bàn.  1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn bóng bàn  1.4. Luật bóng bàn | 4 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự ngh/cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng | 12 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. | Thư viện. |  |
|  | **Chương 2: Kỹ thuật môn bóng bàn** | 41 |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | 2.1. Cách cầm vợt và tu thế chuẩn bị đánh bóng  2.2. Kỹ thuật líp bóng thuận tay ‘  2.3. Kỹ thuật vụt nhanh thuận tay | 2  4  5 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu. |  |
| **Tín chỉ 2** |  |
| 2.3. Kỹ thuật vụt nhanh thuận tay  2.4. Kỹ thuật líp bóng trái tay  2.5. Kỹ thuật vụt nhanh trái tay | 7  4  4 |
| **Tín chỉ 3** |  |
| 2.5. Kỹ thuật vụt nhanh trái tay  2.6. Kỹ thuật gò bóng thuận (trái) tay  Kiểm tra | 8  6  1 |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 93 | Đọc học liệu số1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu. |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Đào Ngọc Dũng – Tô Tiến Thành – Tô Thế Thợi (2012), Giáo trình Bóng Bàn, Nhà xuất bản TDTT, Hà Nội.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Vũ Thành Sơn – Nguyễn Danh Hoàng Việt (2004), Giáo trình Bóng Bàn, Nhà xuất bản Đại học Sư phạm.

[3] Trương Tuệ Lâm – Tô Khảm (2001), Huấn luyện kỹ chiến thuật bóng bàn hiện đại, Nhà xuất bản thể dục thể thao.

[4] Đồng Văn Triệu (2015), *GT Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao,* NXB TDTT.

[5] Vũ Chung Thủy (2014), *GT Vệ sinh Thê dục thể thao,* NXB TDTT.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| 15 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **3** | **1** |  | **41** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch5, 6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 3 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (3 điểm): Nội dung trong tín chỉ 1, cấp độ nhớ và hiểu.  + Câu 2: (7 điểm): Thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2, 3, cấp độ áp dụng.  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu ; 70% áp dụng. | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM THỂ DỤC THỂ THAO** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2-Bóng đá 1(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.002.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 4 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 40 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | ThS Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 6 | ThS. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp cho người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về lịch sử, đặc điểm, tác dụng người tập luyện, kĩ thuật bóng đá để phục vụ cho việc học tập môn học.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bóng đá để phát triển tố chất thể lực.

Mt3: Vận dụng kỹ năng bóng đá để áp dụng vào thi đấu trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bóng đá để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống sau này. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật bóng đá, hoàn thành nội dung học phần. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng bóng đá để áp dụng vào thi đấu trong thực tiễn cuộc sống. | CĐR1 |
| Mức độ tự chủ và trách nhiệm | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Chương 1: Giới thiệu môn học** | * 1. Nguồn gốc và   sự phát triển của môn bóng đá | 1 |  | 1 | 1 |  |  | Giảng giải |
| * 1. Đặc điểm, ý   nghĩa tác dụng  bóng đá đối với người tập luyện. | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| 1.3. Một số điểm trong luật bóng đá 5,11 người | 1 | 2 | 1 |  | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Chương 2:**  **Kĩ thuật bóng đá** | 2.1. Giảng dạy một số trò chơi, động tác bổ trợ làm quen bóng. | 1 |  | 3 | 3 |  |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2. Giảng dạy kĩ thuật di chuyển |  | 1 | 3 | 3 |  | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3.Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng lòng bàn chân | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4. Giảng dạy kĩ thuật Giữ bóng | 1 |  | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5.Giảng dạy kĩ thuật Dẫn bóng | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.6. Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng mu trong bàn chân | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.7. Giảng dạy kĩ thuật ném biên | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về bóng đá; một số điểm luật, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lý thuyết | Tín chỉ 1 |  |  |  |  |
| 1.1. Nguồn gốc và sự phát triển của môn bóng đá  1.2. Đặc điểm, ý nghĩa tác dụng bóng đá đối với người tập luyện.  1.3. Một số điểm trong luật bóng đá 5, 11 người | 4 | Đọc học liệu số[1] [2] Tr 2 - 10  Tập trung vào phần luật bóng đá | Thời khoá biểu, Lớp học |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc trước vấn đề học liệu về nguồn gốc phát triển, các đặc điểm, ý nghĩa tác dụng và luật bóng đá hiện đại. Để vận dụng vào trong những tình huống của buổi học do giáo viên đưa ra. | 10 | Đọc học liệu. [1] [2] chương 1 | Thư viện ngoài giờ học chính |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | 2.1. Giảng dạy một số trò chơi, động tác bổ trợ làm quen bóng.  2.2. Giảng dạy kĩ thuật Di chuyển  2.3.Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng lòng bàn chân | 11 | Chủ động nghiên Đọc học liệu. [1] [2] chương 1, chương 2 | Thời khoá biểu, Sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Nắm chắc các yêu cầu về kĩ thuật động tác: di chuyển không bóng,có bóng | 25 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Tập luyện ngoài giờ |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | Tín chỉ 2 |  |  |  |  |
| 2.4. Giảng dạy kĩ thuật Giữ bóng  2.5.Giảng dạy kĩ thuật Dẫn bóng  2.6. Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng mu trong bàn chân | 15 | Đọc học liệu. [1] [2] chương 2 | Thời khoá biểu, Sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân bóng đá |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Tín chỉ 3 |  |  |  |  |
| 2.7. Giảng dạy kĩ thuật ném biên  3.1. Giảng dạy kĩ thuật bài tập phối hợp và trong tập luyện và thi đấu theo luật  3.2. Giảng dạy kĩ thuật đánh đầu  - Kiểm tra | 15 | Đọc học liệu số[1] [2] chương 2 | Thời khoá biểu, Sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Nguyên cứu các kĩ thuật đánh đầu và một số bài tập phối hợp trong bóng đá | 35 | Nắm vững kĩ thuật di chuyển phối hợp môn bóng đá | Sân bóng đá |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Trần Vũ Phương, Trần Anh Dũng, Phùng Quang Phát, Nguyễn Việt Phương, Giáo trình Bóng đá, Nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên - 2021

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] TS. Phạm Quang 2004, Giáo trình bóng đá, Nhà xuất bản ĐHSP, HN

[3] Luật bóng đá- Nhà xuất bản TDTT – Hà nội – 2002

[4] Nguyễn Quang Dũng – Hướng dẫn tập luyện kĩ chiến thuật bóng đá - Nhà xuất bản TDTT – Hà nội – 2001

[5] Ngô Minh Viên và cộng sự (2007) Giáo trình Đá Cầu, NXB ĐHSP

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 | 1 |  |  | 2 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **4** | **1** |  | **40** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hiện kĩ thuật. | Ch2,3,4 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

**11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1 (4 điểm): Lý thuyết chung: Nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu.  + Câu 2: (6 điểm): Thực hành ngoài sân bãi, cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 40% nhớ và hiểu ; 60% áp dụng và phân tích | 30 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2 – Bóng rổ 1 (Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.018.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 3 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 41 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 2 | Th.S Phạm Thị Quyên | 0973333485 | phamquyen1985@gmail.com |
| 3 | Th.S Nguyễn văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của Người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật bóng rổ để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bóng rổ để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng trong cầu lông áp dụng vào tập luyện và thi đấu.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bóng rổ để phục vụ cho tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng các kỹ thuật cơ bản của môn bóng rổ. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để tự tập luyện kĩ thuật và trong thi đấu. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Lý thuyết** | 1.1.Sự phát triển bóng rổ ở Việt Nam. | 1 | 2 | 1 | 1 |  |  | Giảng giải |
| 1.2. Quá trình phát triển của môn bóng rổ. | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | Giảng giải |
| 1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn bóng rổ. | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** | 2.1 Kỹ thuật di chuyển | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2 Kỹ thuật bắt bóng (Bằng hai tay và một tay) | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3 Kỹ thuật chuyền bóng | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4 Kỹ thuật dẫn bóng | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5 Kỹ thuật ném rổ (Bằng hai tay trước ngực, một tay trên vai) | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn bóng rổ; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.1. Sự phát triển bóng rổ ở Việt Nam.  1.2. Đặc điểm và tác dụng bóng rổ. | 3 | - Đọc học liệu số 1 | Thời khóa biểu, lớp học |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.4. Kỹ thuật di chuyểntrong bóng rổ | 3 | Đọc học liệu số 1, tự tập luyện | Thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| 1.5. Kỹ thuật bắt bóng (Bằng hai tay và một tay) | 9 | Đọc học liệu số 1 , tự tập luyện | thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Ngoài sân bãi |  |
|  | **Tín chỉ 2:** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.1. Kỹ thuật chuyền bóng | 9 | Đọc học liệu số 1 , tự tập luyện | thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| 2.2. Kỹ thuật dẫn bóng | 6 | Đọc học liệu số 1 , tự tập luyện | thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Ngoài sân bãi |  |
|  | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 3.1. Kỹ thuật ném rổ (Bằng hai tay trước ngực, một tay trên vai) | 14 | Đọc học liệu số 1, tự tập luyện | thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| 3.2. Kiểm tra | 1 |  | thời khóa biểu, ngoài sân bãi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Ngoài sân bãi |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Đỗ Mạnh Hưng – Vũ Quốc Huy (2023), *Giáo trình Bóng Rổ*, Nhà xuất bản Thể thao và Du lịch, Hà Nội

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Nguyễn Hữu Bằng (2004), *Giáo trình bóng rổ*, Nhà xuất bản ĐHSP Hà Nội.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu**  **(Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **3** | **1** |  | **41** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hiện kĩ thuật. | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp, thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1,2,3,4 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 03 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Lý thuyết chung, nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (4 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2,3 với cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 3: (3 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2 với cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu; 70% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**    **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 2 - Cầu lông 1(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.005.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 3 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 3 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 41 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Văn Thành | 0963 198 288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | TS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật cầu lông để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật cầu lông để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng cầu lông áp dụng vào tập luyện và thi đấu.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng những kiến thức cơ bản của kĩ thuật cầu lông để phục vụ cho tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng các kỹ thuật cơ bản của môn cầu lông. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để tự tập luyện kĩ thuật và trong thi đấu. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Lý thuyết** | 1.1. Lịch sử ra đời môn cầu lông. | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | Giảng giải |
| 1.2. Quá trình phát triển của môn cầu lông. | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | Giảng giải |
| 1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn cầu lông. | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 2 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** | 2.1 Cách cầm vợt, tư thế chuẩn bị | 1 |  | 3 | 3 |  |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2 Kỹ thuật di chuyển |  | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3 Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải và bên trái | 1 |  | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4 Kỹ thuật giao cầu thuận tay và trái tay | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5 Kỹ thuật phông cầu | 1 |  | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn cầu lông; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | 1.1. Lịch sử ra đời môn cầu lông.  1.2. Quá trình phát triển của môn cầu lông.  1.3. Vai trò, tác dụng của luyện tập môn cầu lông. | 3 | - Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, Lớp học |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.4. Cách cầm cầu, cầm vợt và tư thế chuẩn bị. | 3 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| 1.5. Kỹ thuật di chuyển. | 9 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân cầu lông |  |
|  | **Tín chỉ 2:** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.1. Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải (trái). | 9 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| 2.2. Kỹ thuật giao cầu thuận tay và trái tay. | 6 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân tập |  |
|  | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 3.1. Kĩ thuật phông cầu. | 14 | Đọc học liệu số 1,4 tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| 3.2. Kiểm tra | 1 |  | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân cầu lông |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Nguyễn Văn Đức (2015) - Giáo trình cầu lông - NXB TDTT.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Trần Văn Vinh (2004), *Giáo trình cầu lông* , Nhà xuất bản TDTT Hà Nội.

[3] Ủy ban thể dục thể thao (2006), *Luật cầu lông*,

[4] Lục Hưng Quốc, Nguyễn Văn Thành, (2023) – *Kĩ thuật, chiến thuật, và phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài cầu lông* – NXB Đại học Thái Nguyên.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 3 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 4 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 5 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 6 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 7 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 8 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 9 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 10 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 11 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 12 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 13 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 14 |  |  |  | 3 |  | 7 |
| 15 |  | 1 |  | 2 |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **3** | **1** |  | **41** |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm: thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hiện kĩ thuật. | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp, thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1,2,3,4 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 03 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Lý thuyết chung, nội dung trong tín chỉ 1,2,3 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (4 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2,3 với cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 3: (3 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2 với cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu; 70% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** | |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** | |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3 – Bơi lội 2

Mã học phần: TC2.1.021.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | Th.S. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | Th.S Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | Th.S Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của sinh viên; giúp sinh viên phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật bơi lội để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bơi lội để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng bơi lội để phòng chống tai nạn đuối nước.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bơi lội để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật bơi trườn sấp, hoàn thành cự ly 25m. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng bơi lội đã được học trong phòng chống tai nạn đuối nước cho bản thân | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG HỌC PHẦN** | | **Kiến thức** | | **Kỹ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **CHƯƠNG** | **KIẾN THỨC** |
| **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch5** | **Ch6** |
| Kỹ thuật bơi trườn sấp | Kỹ thuật động tác tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật phối hợp tay với thở |  |  | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Kỹ thuật phối hợp hoàn chỉnh | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về bơi lội, phòng chống đuối nước; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Kỹ thuật bơi trườn sấp** |  |  |  |  |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Kỹ thuật động tác tay | 7 | Đọc học liệu số [1] tr. 37; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| 2. Kỹ thuật phối hợp tay với thở | 8 | Đọc học liệu số [1] tr. 57; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Vận dụng các kiến thức đã học để thực hiện đúng kỹ thuật. | Thư viện, bể bơi |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| 3. Phối hợp hoàn chỉnh kỹ thuật. | 14 | Đọc học liệu số [1] tr. 61; Tập luyện tích cực | Thời khoá biểu, bể bơi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Vận dụng các kiến thức đã học để thực hiện đúng kỹ thuật. | Thư viện, bể bơi |  |
|  | Kiểm tra | 1 | Bơi trườn sấp cự ly 25m | Bể bơi |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Ngô Xuân Viện (2015) Giáo trình Bơi thể thao, NXB Thể dục thể thao

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Nguyễn Văn Phúc (2012), *Các bài tập thể lực trong Điền Kinh,* NXB TDTT.

[3]. Đồng Văn Triệu (2015), *GT Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao,* NXB TDTT.

[4]. Vũ Chung Thủy (2014), *GT Vệ sinh Thê dục thể thao,* NXB TDTT.

[5]. Lê Hữu Hưng (2013) *GT Thể dục chữa bệnh,* NXB TDTT.

[6]. Lê Hữu Hưng (2013), *Kiểm tra Y học Thể dục thể thao*, NXB TDTT.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

**11.1. Thang điểm đánh giá**

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

**11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch5, Ch6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 giờ trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số giờ của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch6 | 10 |

**11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 01 câu:  + Câu 1 (10 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng và phân tích | 03 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do – Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3- Điền kinh 2

Mã học phần: TC2.1.013.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập:

+ Học lý thuyết trên lớp: 02 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 27 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần: Trung tâm Thể dục thể thao.

**2, Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Lý Văn Thành | 0985.286.779 | [Lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:Lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 2 | Th.S. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | Th.S Trần Minh Hằng | 0344166759 | tranminhhangcdtq@gmail.com |
| 4 | Th.S. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 6 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | [hungquoctq@gmail.com](mailto:hungquoctq@gmail.com) |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của Người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

**+** Mt1: Có kiến thức về môn điền kinh để phục vụ cho việc tập luyện

+ Mt2: Thực hiện được kĩ thuật điền kinh để phát triển thể chất

+ Mt3: Vận dụng kĩ thuật điền kinh đã học vào thực tiễn cuộc sống

+ Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật điền kinh để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện được đúng kĩ thuật đáp ứng được yêu cầu đặt ra | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt 3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng được trang bị vào thực tiễn tập luyện hàng ngày để phát triển thể chất. | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch5** | **Ch6** |
| **Chương 1: Nhảy cao** | **Lý thuyết** |
| 1. Khái niệm nhảy cao  2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn nhảy cao | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| 3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng nhảy cao đối với người tập | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Kỹ thuật nhảy cao kiểu úp bụng:  1.1. Các bài tập bổ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.2. Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.3. Kỹ thuật chạy đà kết hợp giậm nhảy đá lăng. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.4. Kỹ thuật qua xà và tiếp đất Nhảy cao “kiểu úp bụng”. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 1.5. Hoàn thiện kỹ thuật Nhảy cao “kiểu úp bụng”  Kiểm tra | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| **Chương 2: Nhảy xa** | **Lý thuyết** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. Khái niệm nhảy xa  2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn nhảy xa | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| 3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng nhảy xa đối với người tập | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** |  |  |  |  |  |  |  |
| Kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi  1. Kỹ thuật giai đoạn chạy đà | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2. Kỹ thuật giai đoạn giậm nhảy | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 3. Kỹ thuật giai đoạn trên không | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 4. Kỹ thật giai đoạn tiếp cát  Kiểm tra | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn điền kinh, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| 1. Khái niệm nhảy cao  2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn nhảy cao  3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng nhảy cao đối với người tập | 1 | Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, lớp học |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Kỹ thuật nhảy cao kiểu úp bụng:  1.1. Các bài tập bổ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực  1.2. Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.  1.3. Kỹ thuật chạy đà kết hợp giậm nhảy đá lăng.  1.4. Kỹ thuật qua xà và tiếp đất Nhảy cao “kiểu úp bụng”.  1.5. Hoàn thiện kỹ thuật Nhảy cao “kiểu úp bụng” | 14 | Thực hiện các bài tập theo đúng yêu cầu của giáo viên, sinh viên tập luyện tự giác và tích cực. | Thời khoá biểu, Sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và tự luyện tập ngoại khóa thường xuyên | 35 | Đọc học liệu số 1, Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | Thư viện, sân vận động |  |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| 1. Khái niệm nhảy xa  2. Nguồn gốc, Lịch sử ra đời môn nhảy xa  3. Đặc điểm, ý nghĩa, tác dụng nhảy xa đối với người tập | **1** | Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, lớp học |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi  1. Kỹ thuật giai đoạn chạy đà  2. Kỹ thuật giai đoạn giậm nhảy  3. Kỹ thuật giai đoạn trên không  4. Kỹ thật giai đoạn tiếp cát  5. Kiểm tra | 14 | Thực hiện các bài tập theo đúng yêu cầu của giáo viên. Tập luyện tự giác và tích cực | Thời khoá biểu, Sân vận động |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc giáo trình Điền kinh, Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | 35 | Đọc học liệu số 1, Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | Thư viện sân vận động |  |

**9. Tài liệu tham khảo**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Hà Quang Tiến (2017), Giáo trình Điền kinh, nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Nguyễn Kim Minh (2004), *Giáo trình Điền kinh,* Nhà xuất bản Đại học sư phạm, Hà nội.

[3]. Nguyễn Đình Cường, Phan Thị Hiệp (2007), *Điền kinh,* Nxb Đại học sư phạm, Nxb Giáo dục.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 1 |  |  | 1 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 | 1 |  |  | 1 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** | **2** | **1** |  | **27** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30% | | | | | |
| 2 | **Bài kiểm tra** | 30% | 01 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 01 câu:  + Câu 1: (10 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** | | |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** | | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3-Võ thuật 2(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.012.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 2 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 27 giờ

+ Kiểm tra: 1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 2 | ThS. Trần Minh Hằng | 0344166759 | tranminhhangcdtq@gmail.com |
| 2 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 3 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của Người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kỹ thuật căn bản và các thế chiến lược trong môn võ Vovinam để phục vụ cho việc học tập.

Mt2: Thực hiện được các kỹ thuật võ Vovinam để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng các kỹ thuật động tác đã được học áp dụng vào phòng tránh chấn thương và trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo theo mức đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch 1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của môn võ Vovinam để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR1 |
| Ch 2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt2 | Ch 3: Thực hiện đúng các kỹ thuật căn bản trong môn võ Vovnam | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch 4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng võ đã được học trong phòng tránh chấn thương và trong thực tiễn cuộc sống. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch 5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch 6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Chương 1: Nguyên lý chiến thuật, luật thi đấu môn võ Vovinam.** | 1.1. Nguyên lý chiến, luật thi đấu môn võ Vovinam. | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| **Chương 2: Kỹ thuật môn võ Vovinam.** | 2.1. Các kỹ thuật căn bản trong môn võ Vovinam. | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích sửa sai |
| 2.2. Các thế chiến lược tấn công trong môn võ Vovinam. Vovinam. | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích sửa sai |
| 2.3.Kỹ thuật khoá đỡ trong môn võ | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích sửa sai |
| 2.4. Tập bài quyền số 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | Làm mẫu, phân tích sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn võ Vovinam, phòng tránh chấn thương và tự vệ trong cuộc sống; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| 1.1. Nguyên lý chiến, phương pháp giảng dạy.  1.2. Luật môn võ Vovinam. | 2 | Đọc học liệu số 1 chương IV tr.88-101; học liệu số 2 chương V tr.65-76. Hiểu bài ngay tại lớp. | Theo thời khóa biểu |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.3. Kỹ thuật căn bản trong môn võ Vovinam. | 4 | Thực hiện đúng kỹ thuật và nắm vững kỹ. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 1.4. Các thế chiến lược tấn công trong môn võ Vovinam. | 9 | Thực hiện đúng kỹ thuật và nắm vững kỹ. | Nhà tập võ.Theo thơì khóa biểu |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng | 35 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa | Thư viện, |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| 2.3. Kỹ thuật khoá đỡ trong môn võ Vovinam.  Các thế chiến lược tấn công trong môn võ Vovinam. | 8 | Thực hiện đúng kỹ thuật và nắm vững kỹ. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| 2.4. Tập bài quyền số 2. | 6 | Thực hiện đúng kỹ thuật và nắm vững kỹ. | Nhà tập võ. Theo thời khóa biểu |  |
| Kiểm tra | 1 |  |  |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 35 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa | Thư viện |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Taì liệu bắt buộc**

[1]. Lê Quốc Ân và cộng sự (2008), *Kỹ thuật Vovinam - Việt Võ Đạo Tập 1*, NXB TDTT, Hà Nội.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Lê Quốc Ân và cộng sự (2011), Kỹ thuật Vovinam - Việt Võ Đạo Tập 2, NXB TDTT, Hà Nội.Sách nghiên cứu ngoài thư viện

[3]. Nông Thị Hồng, Lê Qúy Phương (2005), Vệ sinh y học TDTT, NXB Hà Nội. Sách nghiên cứu trong thư viện

[4]. Lê Văn Xem (2007), Tâm lý học TDTT, NXB ĐHSP. Sách nghiên cứu trong thư viện

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| 15 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| **Tổng cộng** | **2** | **1** |  | **27** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, trọng số 30% | | | | | |
| 2 | **Bài kiểm tra** | 30% | 01 điểm: Thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 2: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3-Bóng bàn 2(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.009.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 01

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | [nguyenmyviettq@gmail.com](mailto:nguyenmyviettq@gmail.com) |
| 3 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | [nguyenhaidhtt@gmail.com](mailto:nguyenhaidhtt@gmail.com) |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | [lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | [hungquoctq@gmail.com](mailto:hungquoctq@gmail.com) |
| 6 | ThS. Phùng Quang Phát | 0979681560 | [phungquangphat@gmail.com](mailto:phungquangphat@gmail.com) |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật môn bóng bàn để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật môn bóng bàn để phát triển thể chất.

Mt3: Vận dụng kỹ năng môn bóng bàn để phát triển toàn diện các tố chất thể lực.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản của kĩ thuật môn bóng bàn để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR 1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR 1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật môn bóng bàn | CĐR 1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng môn bóng bàn đã được học giúp phát triển toàn diện các tố chất thể lực. | CĐR 1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR 1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR 1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Chương 2. Kỹ thuật môn bóng bàn** | 2.1. Kỹ thuật vụt nhanh thuận tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.2. Kỹ thuật vụt nhanh trái tay |  |  | 3 | 2 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.3. Kỹ thuật cắt bóng thuận tay. |  | 2 | 3 | 3 | 2 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.4. Kỹ thuật gò bóng trái tay. |  | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.5. Kỹ thuật giao bóng |  | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2.6. Kỹ thuật đỡ giao bóng |  | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản môn bóng bàn; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Tín chỉ 1** |  | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 1.1. Kỹ thuật vụt nhanh thuận tay | **2** | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 1.2. Kỹ thuật vụt nhanh trái tay | 2 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 1.3. Kỹ thuật cắt bóng thuận tay | 9 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 1.4. Kỹ thuật gò bóng trái tay | 2 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.4. Kỹ thuật gò bóng trái tay | 7 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 2.5. Kỹ thuật giao bóng | 4 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| 2.6. Kỹ thuật đỡ giao bóng | 3 | Đọc học liệu số 1 | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
|  | Kiểm tra | **1** | Thực hiện nội dung thực hành | Theo thời khoá biểu. Nhà thi đấu |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa. | 70 | Chỉ ra những vấn đề cần giải đáp. Chăm chỉ luyện tập ngoại khóa | Thư viện, nhà thi đấu. |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1]. Đào Ngọc Dũng – Tô Tiến Thành – Tô Thế Thợi (2012), Giáo trình Bóng Bàn, Nhà xuất bản TDTT, Hà Nội.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Vũ Thành Sơn – Nguyễn Danh Hoàng Việt (2004), Giáo trình Bóng Bàn, Nhà xuất bản Đại học Sư phạm.

[3] Trương Tuệ Lâm – Tô Khảm (2001), Huấn luyện kỹ chiến thuật bóng bàn hiện đại, Nhà xuất bản thể dục thể thao.

[4] Đồng Văn Triệu (2015), *GT Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao,* NXB TDTT.

[5] Vũ Chung Thủy (2014), *GT Vệ sinh Thê dục thể thao,* NXB TDTT.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | | | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | | | 8 |
| Điểm thành phần 2: Điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, trọng số 30% | | | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | | | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | | | |
| 3 | Thi thực hành | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | | | Ch 3 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (5 điểm): Thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 1.  + Câu 2: (5 điểm): Thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2.  - Cấp độ nhận thức: 70% áp dụng; 30% đánh giá và sáng tạo. | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3 – Bóng chuyền 2

Mã học phần: TC2.1.010.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập:

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần: Trung tâm Thể dục thể thao.

**2, Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Lý Văn Thành | 0985.286.779 | [Lyvanthanh.cdtq@gmail.com](mailto:Lyvanthanh.cdtq@gmail.com) |
| 2 | Th.S. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | Th.S Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | Cn. Lê Văn Ninh | 0972722003 | Lehaianh251215@gmail.com |
| 6 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của Người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật bóng chuyền để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bóng chuyền để phát triển thể chất

Mt3: Vận dụng kỹ năng bóng chuyền đã được học áp dụng vào tập luyện và trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bóng chuyền để phục vụ cho tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng các kỹ thuật cơ bản của môn bóng chuyền | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để tự tập luyện kĩ thuật và thi đấu. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần và chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch5** | **Ch6** |
| **Chương 1: Kĩ thuật bóng chuyền** | 1. Kĩ thuật chuyền bóng cao tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 2. Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay. | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 3. Kĩ thuật phát bóng. |  |  | 3 | 3 |  |  |  |
| 3.1. Kĩ thuật phát bóng thấp tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 3.2. Kĩ thuật phát bóng cao tay | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| 4. Kĩ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn bóng chuyền, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Kĩ thuật chuyền bóng cao tay  2. Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay | **15** | Học học liệu số 1 | Thời khoá biểu, sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và tự luyện tập ngoại khóa | 35 | Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | Sân bóng chuyền |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 3. Kĩ thuật phát bóng thấp tay  3.1. Kĩ thuật phát bóng cao tay  4. Kĩ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà  Kiểm tra | 14  1 | Học học liệu số 1 | Thời khoá biểu, sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và tự luyện tập ngoại khóa | 35 | Tích cực tập luyện ngoại khóa | Sân bóng chuyền |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Nguyễn Đức Tuân – Trương Tấn Hùng (2020) *Giáo trình bóng chuyề*n, Nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Đồng Văn Triệu - Trương Anh Tuấn (2015) *Giáo trình lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao.

[3] Nguyễn Viết Minh – Hồ Đắc Sơn (2004) *Giáo trình bóng chuyề*n, Nhà xuất bản Đại học Sư Phạm, nơi xuất bản Đại học Sư phạm Hà Nội.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2:** **Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Thực hiện nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 03 câu:  + Câu 1: (4 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 2: (3 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 3: (3 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM THỂ DỤC THỂ THAO** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3-Bóng đá 2(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.008.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ,

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | ThS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 6 | ThS. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp cho người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức thực hiện được kĩ thuật, bài tập phối hợp cơ bản bóng đá để phục vụ cho việc học tập môn học.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bóng đá để phát triển các tố chất thể lực.

Mt3: Vận dụng kỹ năng bóng đá để áp dụng vào thi đấu trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng được những kĩ thuật, bài tập phối hợp cơ bản bóng đá để phục vụ cho việc tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống sau này. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng kỹ thuật bóng đá, hoàn thành nội dung học phần. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng bóng đá để áp dụng vào thi đấu trong thực tiễn cuộc sống. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Kĩ thuật bóng đá** | 1.1 Kỹ thuật chuyền bóng bằng lòng di chuyển. | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.2 Kĩ thuật đá bóng bằng mu trong di chuyển. | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.3.Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng lòng bàn chân nâng cao | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.4. Giảng dạy kĩ thuật Giữ bóng | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.5.Giảng dạy kĩ thuật Dẫn bóng | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.6 Kĩ thuật đỡ bóng bằng đùi | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.7 Kĩ thuật đỡ bóng bằng ngực | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.8. Giảng dạy kĩ thuật ném biên | 1 |  | 3 | 3 |  | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.9. Giảng dạy kĩ thuật đánh đầu | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.10. bài tập phối hợp di chuyển trong bóng đá. | 1 |  | 3 | 3 | 1 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về bóng đá; bài tập phối hợp, cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | Tín chỉ 1 |  |  |  |  |
| 1.1 Kỹ thuật chuyền bóng bằng lòng di chuyển.  1.2 Kĩ thuật bóng bằng mu trong di chuyển.  1.3.Giảng dạy kĩ thuật Đá bóng bằng lòng bàn chân nâng cao  1.4. Giảng dạy kĩ thuật Giữ bóng  1.5.Giảng dạy kĩ thuật Dẫn bóng | 15 | Đọc học liệu số[1] [2] Tr 2 - 10 | Thời khoá biểu, sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân tập |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi. | Tín chỉ 2 |  |  |  |  |
| 1.6 Kĩ thuật đỡ bóng bằng đùi  1.7 Kĩ thuật đỡ bóng bằng ngực  1.8. Giảng dạy kĩ thuật ném biên  1.9. Giảng dạy kĩ thuật đánh đầu  1.10 bài tập phối hợp di chuyển trong bóng đá.  - Kiểm tra | 15 | Đọc học liệu. [1] [2] chương 2 | Thời khoá biểu, sân tập |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp, Luyện tập ngoại khóa. | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân tập |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Trần Vũ Phương, Trần Anh Dũng, Phùng Quang Phát, Nguyễn Việt Phương - Giáo trình bóng đá - Nhà xuất bản Đại học Thái Nguyên 2021

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] TS. Phạm Quang 2004, Giáo trình bóng đá, Nhà xuất bản ĐHSP, HN

[3] Luật bóng đá- Nhà xuất bản TDTT – Hà nội – 2002

[4] Nguyễn Quang Dũng – Hướng dẫn tập luyện kĩ chiến thuật bóng đá - Nhà xuất bản TDTT – Hà nội – 2001

[5] Ngô Minh Viên và cộng sự (2007) Giáo trình Đá Cầu, NXB ĐHSP

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30% | | | | | |
| 2 | **Bài kiểm tra** | 30% | 01 điểm: thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hiện kĩ thuật. | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 2: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng và phân tích | 30 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3-Cầu lông 2(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.011.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 2 | TS. Nguyễn Mỹ Việt | 0915 475 878 | nguyenmyviettq@gmail.com |
| 3 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của Người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Có kiến thức về kĩ thuật cầu lông để phục vụ cho việc tập luyện.

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật cầu lông để phát triển thể chất

Mt3: Vận dụng kỹ năng cầu lông đã được học áp dụng vào tập luyện và trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có phẩm chất đạo đức tốt, khả năng tự tập luyện, tập luyện nhóm, có ý thức giúp đỡ bạn bè trong học tập.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng những kiến thức cơ bản của kĩ thuật cầu lông để phục vụ cho tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng các kỹ thuật cơ bản của môn cầu lông. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để tự tập luyện kĩ thuật và trong thi đấu. | CĐR1 |
| Mức độ tự chủ và trách nhiệm | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** | 1.1. Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài cầu lông | 1 | 1 | 3 | 3 |  |  | Giảng giải, quan sát thi đấu |
| 1.2. Luật cầu lông. | 1 | 1 | 3 | 3 |  |  | Giảng giải |
| 1.3 Kỹ thuật đánh cầu trên đầu | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.4. Kỹ thuật đập cầu | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn cầu lông; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.1. Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài cầu lông  1.2. Luật cầu lông. | 2 | Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| 1.3. Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu (phông cầu) | 13 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và tự luyện tập ngoại khóa | 35 | Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | Sân cầu lông |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.1. Kỹ thuật đập cầu. | 14 | Đọc học liệu số 1, 4, tự tập luyện | Thời khoá biểu, Sân cầu lông |  |
| 2.1. kiểm tra | 1 |  | Sân cầu lông |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Sân cầu lông |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Nguyễn Văn Đức - Giáo trình Cầu lông - NXB TDTT 2015.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Trần Văn Vinh (2004), *Giáo trình cầu lông* , Nhà xuất bản TDTT Hà Nội.

[3] Ủy ban thể dục thể thao (2006), *Luật cầu lông*,

[4] Lục Hưng Quốc, Nguyễn Văn Thành, (2023) – *Kĩ thuật, chiến thuật, và phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài cầu lông* – NXB Đại học Thái Nguyên.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, trọng số 30% | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hiện kĩ thuật. | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (5 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 1 với cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 2: (5 điểm): thực hành ngoài sân bãi, nội dung trong tín chỉ 2 với cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 100% áp dụng và phân tích | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục thể chất 3-Bóng rổ 2(Học phần tự chọn)

Mã học phần: TC2.1.019.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Tự chọn.

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 0 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 29 giờ

+ Kiểm tra: 01 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Nguyễn Văn Hải | 0962192598 | nguyenhaidhtt@gmail.com |
| 2 | Th.S Phạm Thị Quyên | 0973333485 | phamquyen1985@gmail.com |
| 3 | Th.S Nguyễn văn Thành | 0963198288 | thanh.aytz@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung**

Giáo dục thể chất nhằm phát triển các tố chất thể lực của người học; giúp người học phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt1: Vận dụng được những kiến thức cơ bản để tổ chức thi đấu và trọng tài môn bóng rổ, nhớ được các bài tập bổ trợ kỹ thuật chuyên môn

Mt2: Thực hiện được kỹ thuật bóng rổ và các bài tập bổ trợ kỹ thuật bóng rổ.

Mt3: Vận dụng kỹ năng bóng rổ đã được học áp dụng vào tập luyện và trong thực tiễn cuộc sống.

Mt4: Có thái độ tích cực, chủ động trong học tập, có phương pháp học tập khoa học, chủ động xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân và ngành đào tạo

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 2.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR**  **của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Vận dụng những kiến thức cơ bản của kĩ thuật bóng rổ để phục vụ cho tập luyện. | CĐR1 |
| Ch2: Vận dụng những kiến thức giáo dục thể chất để rèn luyện nâng cao sức khỏe phục vụ cho việc học tập và cuộc sống. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Kỹ năng cứng | | |
| Mt 2 | Ch3: Thực hiện đúng các kỹ thuật cơ bản của môn bóng rổ. | CĐR1 |
| Kỹ năng mềm | | |
| Mt3 | Ch4: Vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để tự tập luyện kĩ thuật và trong thi đấu. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt4 | Ch5: Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp với bản thân, nhóm trong điều kiện thay đổi để giải quyết nhiệm vụ học tập | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành phẩm chất đạo đức tốt, có ý thức giúp đỡ bạn bè. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Giảng dạy ngoài sân bãi** | 1.1. Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài bóng rổ | 1 | 2 | 3 | 3 |  |  | Giảng giải, quan sát thi đấu |
| 1.2. Luật bóng rổ. | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |  | Giảng giải |
| 1.3 Kỹ thuật ném rổ một tay trên cao | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |
| 1.4. Kỹ thuật dẫn bóng 2 bước lên rổ | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 |  | Giảng giải, làm mẫu, sửa sai,các hình thức tập luyện |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần giúp người học phát triển thể chất, cung cấp những kiến thức, kĩ năng cơ bản về môn bóng rổ; cách thức tổ chức, phương pháp luyện tập; hình thành phẩm chất đạo đức, ý thức giúp đỡ bạn bè.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1.1. Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài bóng rổ  1.2. Luật bóng rổ. | 2 | Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, ngoài sân bãi |  |
| 1.3. Kỹ thuật ném rổ một tay trên cao. | 13 | Đọc học liệu số 1 | Thời khoá biểu, ngoài sân bãi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết và tự luyện tập ngoại khóa | 35 | Luyện tập ngoại khóa thường xuyên | Ngoài sân bãi |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 2.1. Kỹ thuật dẫn bóng 2 bước lên rổ. | 14 | Đọc học liệu số 1, tự tập luyện | Thời khoá biểu, ngoài sân bãi |  |
| 2.1. kiểm tra | 1 |  | Thời khoá biểu, ngoài sân bãi |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng, Luyện tập ngoại khóa | 35 | Tự tập luyện ngoại khóa thường xuyên | Ngoài sân bãi |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] Đỗ Mạnh Hưng – Vũ Quốc Huy (2023), *Giáo trình Bóng Rổ*, Nhà xuất bản Thể thao và Du lịch, Hà Nội

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Nguyễn Hữu Bằng (2004), *Giáo trình bóng rổ* , Nhà xuất bản ĐHSP Hà Nội.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 2 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 3 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 4 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** |  | **1** |  | **29** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,  trọng số 10% | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5,6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, điểm tiểu luận, trọng số 30% | | | | | |
| 2 | **Bài kiểm tra** | 30% | 01 điểm: Thực hiện được nội dung bài kiểm tra thực hành | Ch3 | 10 |
| Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60% | | | | | |
| 3 | Thi thực hành ngoài sân bãi | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch 1 đến Ch6 | 10 |

**11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi**

Hình thức thi: Thực hành

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  + Câu 2: (5 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - 100% áp dụng và phân tích. | 20 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục quốc phòng – An ninh 1

(Đường lối quốc phòng và an ninh của Đảng Cộng sản Việt Nam)

Mã học phần: TC2.1.014.3

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 03

- Loại học phần: Bắt buộc

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 45 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 105 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | ThS. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | ThS. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |
| 3 | ThS. Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 4 | ThS. Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | ThS. Phạm Thị Quyên | 0973333458 | phamquyen1985@gmail.com |
| 6 | CN. Nguyễn Duy Hưng | 0912846171 | duyhungtq2011@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung:**

Người học có kiến thức cơ bản về quan điểm của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước về quốc phòng và an ninh; xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân, xây dựng thế trận quốc phòng toàn dân gắn với thế trận an ninh nhân dân, xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân; bổ sung kiến thức về phòng thủ dân sự; sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ quân sự, nghĩa vụ công an bảo vệ Tổ quốc.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt 1: Có kiến thức cơ bản về chủ trương, đường lối quốc phòng, an ninh của Đảng, Nhà nước về xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân.

Mt 2: Vận dụng những kiến thức đã được trang bị để giải quyết những vấn đề về công tác quốc phòng và an ninh trong tình hình mới.

Mt 3: Có ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, có tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần, hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho người học, xây dựng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức đóng góp 1:

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Phân tích được những quan điểm cơ bản về chủ trương, đường lối quốc phòng, an ninh của Đảng, Nhà nước về xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân trong tình hình mới. | CĐR1 |
| Ch2: Hình thành kiến thức kỹ năng quân sự, các quy định chung trong sinh hoạt và học tập môn Giáo dục quốc phòng và an ninh. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| Mt 2 | *Kỹ năng cứng* | |
| Ch3: Vận dụng những nội dung về chủ trương, đường lối quốc phòng, an ninh của Đảng, Nhà nước về xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân, để giải quyết những vấn đề về công tác quốc phòng và an ninh trong tình hình mới. | CĐR1 |
| *Kỹ năng mềm* | |
| Ch4: Vận dụng được một số kỹ năng quân sự, các quy định chung trong sinh hoạt và học tập môn Giáo dục quốc phòng an ninh. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 3 | Ch5: Yêu thích môn học và tìm hiểu các vấn đề của nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân góp phần hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho sinh viên, xây dựng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam. | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Thái độ, năng lực tự chủ, chịu trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chương** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Đường lối quốc phòng và an ninh của Đảng cộng sản Việt Nam** | Đối tượng và phương pháp nghiên cứu môn học | 1 |  | 2 |  |  | 2 | Giảng giải |
| Quan điểm cơ bản của CN Mác - Lênin, tư tưởng HCM về chiến tranh, quân đội và bảo vệ Tổ quốc. |  | 2 | 2 |  | 1 |  | Giảng giải |
| Xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa | 2 |  |  | 2 | 1 |  | Giảng giải |
| Chiến tranh nhân dân bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa. |  | 2 | 2 |  | 1 |  | Giảng giải |
| Xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân | 2 |  |  | 2 |  | 2 | Giảng giải |
| Kết hợp phát triển kinh tế, xã hội với tăng cường quốc phòng, an ninh và đối ngoại | 2 |  | 2 |  | 1 |  | Giảng giải |
| Những vấn đề cơ bản về lịch sử nghệ thuật quân sự Việt Nam. | 2 |  | 2 |  |  | 2 | Giảng giải |
| Xây dựng và bảo vệ chủ quyền biển, đảo, biên giới quốc gia trong tình hình mới | 2 |  | 2 |  |  | 2 | Giảng giải |
| Xây dựng lực lượng dân quân tự vệ, lực lượng dự bị động viên và động viên quốc phòng | 2 |  |  | 2 | 1 |  | Giảng giải |
| Xây dựng phong trào toàn dân bảo vệ an ninh Tổ quốc | 2 |  |  |  | 2 |  | Giảng giải |
| Những vấn đề cơ bản về bảo vệ an ninh quốc gia và bảo đảm trật tự an toàn xã hội | 2 |  |  | 2 |  | 1 | Giảng giải |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần cung cấp cho người học những kiến thức cơ bản về chủ trương, đường lối quốc phòng, an ninh của Đảng, Nhà nước về xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân và công tác quốc phòng an ninh trong tình hình mới; hình thành phẩm chất đạo đức, yêu chủ nghĩa xã hội, nâng cao ý thức trách nhiệm và tinh thần đoàn kết.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu**  **đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu môn học** | **2** |  |  |  |
| 1. Đối tượng nghiên cứu  2. Phương pháp luận và các phương pháp nghiên cứu  3. Giới thiệu về môn học giáo dục quốc phòng an ninh | 2 | - Đọc học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Quan điểm của CN Mác-Lênin, tư tưởng HCM về chiến tranh, quân đội và bảo vệ Tổ quốc** | **4** |  |  |  |
| 1. Quan điểm của chủ nghĩa Mác-Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh về chiến tranh.  2. Quan điểm của chủ nghĩa Mác-Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh về quân đội  3. Quan điểm của chủ nghĩa Mác-Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh về bảo vệ Tổ quốc xã hội chủ nghĩa.  4. Tư tưởng Hồ Chí Minh về bảo vệ Tổ quốc xã hội chủ nghĩa | 2 | - Đọc học liệu số [1 | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Thảo luận | 1. Quan điểm của chủ nghĩa Mác-Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh về bảo vệ Tổ quốc xã hội chủ nghĩa.  2. Tư tưởng Hồ Chí Minh về bảo vệ Tổ quốc xã hội chủ nghĩa | 2 | Nắm chắc kiến thức cơ bản, thực hiện tốt việc thảo luận nhóm | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa** | **4** |  |  |  |
| 1. Vị trí, đặc trưng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân.  2. Xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân vững mạnh để bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa  3. Một số biện pháp chính xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân hiện nay. | 4 | - Đọc học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Chiến tranh nhân dân bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa.** | **4** |  |  |  |
| 1. Những vấn đề chung về chiến tranh nhân dân bảo vệ Tổ quốc.  2. Quan điểm của Đảng trong chiến tranh nhân dân bảo vệ Tổ quốc.  3. Một số nội dung chủ yếu của chiến tranh nhân dân bảo vệ Tổ quốc. | 4 | - Đọc học liệu số [1 | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân Việt Nam.** | **1** |  |  |  |
| 1. Đặc điểm và những quan điểm nguyên tắc cơ bản xây dựng lực lượng vũ tranh nhân dân. | 1 | - Đọc học liệu số [1 | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp. Chuẩn bị trước những nội dung cần thảo luận | **35** | Nắm vững kiến thức cơ bản. Vận dụng kiến thức đã học để thảo luận | Thư viện, ở nhà |  |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| **Xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân Việt Nam.** | **3** |  |  |  |
| 2. Phương hướng xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân trong giai đoạn mới.  3. Những biện pháp chủ yếu xây dựng lực lượng vũ tranh nhân dân. | 3 | - Đọc học liệu số [1 | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Kết hợp phát triển kinh tế, xã hội với tăng cường quốc phòng, an ninh và đối ngoại** | **4** |  |  |  |
| 1. Cơ sở lý luận và thực tiến của việc kết hợp phát triển kinh tế với tăng cường, củng cố quốc phòng an ninh ở Việt Nam.  2. Nội dung kết hợp phát triển kinh tế xã hội với tang cường củng cố quốc phòng, an ninh và đối ngoại ở nước ta hiện nay.  3. Một số giải pháp chủ yếu thực hiện kết hợp phát triển kinh tế-xã hội gắn với tăng cường củng cố quốc phòng- an ninh ở nước ta hiện nay. | 4 | - Đọc học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Những vấn đề cơ bản về lịch sử nghệ thuật quân sự Việt Nam.** | **6** |  |  |  |
| 1. Truyền thống và nghệ thuật đánh giặc của ông cha ta.  2. Nghệ thuật quân sự Việt Nam từ khi có Đảng lãnh đạo.  3. Vận dụng một số bài học kinh nghiệm về nghệ thuật quân sự và sự nghiệp bảo vệ Tổ quốc trong thời kỳ mới và trách nhiệm của sinh viên. | 4 | - Đọc học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Thảo luận | 1. Truyền thống và nghệ thuật đánh giặc của ông cha ta.  2. Nghệ thuật quân sự Việt Nam từ khi có Đảng lãnh đạo.  3. Vận dụng một số bài học kinh nghiệm về nghệ thuật quân sự và sự nghiệp bảo vệ Tổ quốc trong thời kỳ mới và trách nhiệm của sinh viên. | 2 | Nắm chắc kiến thức cơ bản, thực hiện tốt việc thảo luận nhóm | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Xây dựng và bảo vệ chủ quyền biển, đảo, biên giới quốc gia trong tình hình mới** | **2** |  |  |  |
| 1. Xây dựng và bảo vệ chủ quyền lãnh thổ quốc gia.  2. Quan điểm của Đảng và nhà nước ta về xây dựng và bảo vệ chủ quyền lãnh thổ biên giới quốc gia. | 2 | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp. Chuẩn bị trước những nội dung cần thảo luận | **35** | Nắm vững kiến thức cơ bản. Vận dụng kiến thức đã học để thảo luận | Thư viện, ở nhà |  |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 3** |  |  |  |  |
| **Xây dựng và bảo vệ chủ quyền biển, đảo, biên giới quốc gia trong tình hình mới** | **2** |  |  |  |
| 3. Chế độ pháp lý trên các vùng biển, đảo của nước ta hiện nay.  4. Tình hình biển đông trong thời gian gần đây  5. Xây dựng Hải quân nhân dân Việt Nam cách mạng, chính quy, tinh nhuệ, hiện đại, đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ bảo vệ chủ quyền biển, đảo trong tình hình mới. | 2 | Học học liệu số [1] .Tham khảo tài liệu có liên quan | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Xây dựng lực lượng dân quân tự vệ, lực lượng dự bị động viên và động viên quốc phòng** | **6** |  |  |  |
| 1. Xây dựng lực lượng dân quân tự vệ  2. Xây dụng lực lượng dự bị động viên  3. Động viên công nghiệp quốc phòng | 4 | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Thảo luận | 1. Xây dựng lực lượng dân quân tự vệ  2. Xây dụng lực lượng dự bị động viên  3. Động viên công nghiệp quốc phòng | 2 | Nắm chắc kiến thức cơ bản, thực hiện tốt việc thảo luận nhóm | Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Xây dựng phong trào toàn dân bảo vệ an ninh Tổ quốc** | **4** |  |  |  |
| 1. Nhận thức chung về phong trào toàn dân bảo vệ an ninh Tổ quốc  2. Nội dung, phương pháp xây dựng phong trào phong trào toàn dân bảo vệ an ninh Tổ quốc.  3. Trách nhiệm của sinh viên trong việc tham gia xây dựng phong trào bảo vệ an ninh Tổ quốc. | 2 | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Thảo luận | 2. Nội dung, phương pháp xây dựng phong trào phong trào toàn dân bảo vệ an ninh Tổ quốc.  3. Trách nhiệm của sinh viên trong việc tham gia xây dựng phong trào bảo vệ an ninh Tổ quốc. | 2 | Nắm chắc kiến thức cơ bản, thực hiện tốt kỹ năng thảo luận nhóm | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Những vấn đề cơ bản về bảo vệ an ninh quốc gia và bảo đảm trật tự an toàn xã hội** | **3** |  |  |  |
| 1. Các khái niệm và nội dung cơ bản về bảo vệ an ninh quốc gia, giữ gìn trật tự, an toàn xã hội.  2. Tình hình an ninh quốc gia và trật tự an toàn xã hội  3. Dự báo tình hình an ninh quốc gia, trật tự, an toàn xã hội trong thời gian tới.  4. Một số quan điểm của Đảng và nhà nước trong công tác bảo vệ an ninh quốc gia và trật tự an toàn xã hội. | 3 | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu.  Giảng đường |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp. Chuẩn bị trước những nội dung cần thảo luận | **35** | Nắm vững kiến thức cơ bản. Vận dụng kiến thức đã học để thảo luận | Thư viện, ở nhà |  |

**9. Tài liệu học tập**

***9.1. Tài liệu bắt buộc***

[1]. Đào Huy Hiệp và cộng sự (2014), Giáo trình *Giáo dục quốc phòng – An ninh* Tập 1, Nhà xuất bản Giáo dục

***9.2. Tài liệu tham khảo***

[2]. Ban CHQS Đại học Tân trào (2017), *Tình hình kinh tế - xã hội và nhiệm vụ quốc phòng quân sự địa phương* (Bài giảng chính trị HL DQTV)

[3]. Ban CHQS Đại học Tân Trào (2017), *Đường lối, quan điểm, chính sách đối ngoại của Đảng và Nhà nước ta hiện nay*. (Bài giảng chính trị HL DQTV)

[4]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), Tài liệu tập huấn Giáo viên, giảng viên Giáo dục Quốc phòng và An ninh.

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu**  **(giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 2 | 2 |  | 2 |  |  | 7 |
| 3 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 4 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 5 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 6 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 7 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 8 | 2 |  | 2 |  |  | 7 |
| 9 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 10 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 11 | 3 |  |  |  |  | 7 |
| 12 | 1 |  | 2 |  |  | 7 |
| 13 | 1 |  | 2 |  |  | 7 |
| 14 | 2 |  |  |  |  | 7 |
| 15 | 2 |  |  |  |  | 7 |
| **Tổng cộng** | **37** |  | **8** |  |  | **105** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

***11.1. Thang điểm đánh giá***

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

***11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm***

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5, Ch 6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên,**  **trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 02 điểm:Theo đáp án, thang điểm của giảng viên | Ch 1,2,3,4 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi tự luận | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch 6 | 10 |

***11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi***

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 2 câu  Câu 1 (6 điểm): Nội dung tương ứng tín chỉ 1, 2, 3  Câu 2 (4 điểm): Vận dụng, liên hệ thực tiễn  - Cấp độ nhận thức: 60% nhận biết và thông hiểu, 40% vận dụng | 90 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** | | |
| **TRUNG TÂM TDTT** | | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** | | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục quốc phòng - an ninh 2

(Công tác quốc phòng và an ninh)

Mã học phần: TC2.1.015.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 2 TC

- Loại học phần: Bắt buộc

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 30 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | Th.S. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |
| 3 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0987941489 | hungquoctq@gmail.com |
| 4 | Th.S Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | Th.S Phạm Thị Quyên | 0973333458 | phamquyen1985@gmail.com |
| 6 | CN. Nguyễn Duy Hưng | 0912846171 | duyhungtq2011@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung:**

Người học có kiến thức cơ bản về công tác phòng, chống chiến lược “diễn biến hòa bình”, bạo loạn lật đổ của các thế lực thù địch đối với cách mạng Việt Nam, những quy định của pháp luật về một số vấn đề xã hội; sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ quân sự, nghĩa vụ công an phục vụ công tác bảo vệ Tổ quốc Việt Nam xã hội chủ nghĩa trong tình hình mới.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt 1: Có kiến thức cơ bản về công tác phòng, chống chiến lược “diễn biến hòa bình”, bạo loạn lật đổ của các thế lực thù địch đối với cách mạng Việt Nam, những quy định của pháp luật về một số vấn đề xã hội.

Mt 2: Vận dụng những kiến thức đã được trang bị để giải quyết những vấn đề về công tác quốc phòng và an ninh trong tình hình mới.

Mt 3: Có ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần, hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho người học, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 1:

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| --- | --- | --- |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Phân tích được những quan điểm cơ bản về công tác phòng, chống chiến lược “diễn biến hòa bình”, bạo loạn lật đổ của các thế lực thù địch đối với cách mạng Việt Nam | CĐR 1 |
| Ch2: Hình thành kiến thức kỹ năng quân sự, các quy định chung trong sinh hoạt và học tập môn GDQP&AN. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
| *Kỹ năng cứng* | | |
| Mt 2 | Ch3: Vận dụng những nội dung về đấu tranh phòng, chống những thủ đoạn của các thế của các thế lực thù địch nhằm chống phá cách mạng Việt Nam. | CĐR1 |
| *Kỹ năng mềm* | |
| Ch4: Vận dụng được một số kỹ năng quân sự, các quy định chung trong sinh hoạt và học tập môn GDQP&AN. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 4 | Ch5: Yêu thích môn học và tìm hiểu các vấn đề của nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân góp phần hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho sinh viên, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam. | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bài** | **Nội dung** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch 1** | **Ch 2** | **Ch 3** | **Ch 4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Bài 1** | Phòng, chống chiến lược “diễn biến hòa bình”, bạo loạn lật đổ của các thế lực thù địch đối với cách mạng Việt Nam | 2 |  | 2 |  | 1 |  | Giảng giải |
| **Bài 2** | Một số nội dung cơ bản về dân tộc, tôn giáo, đấu tranh phòng chống các thế lực thù địch lợi dụng vấn đề dân tộc, tôn giáo chống phá cách mạng Việt Nam | 2 |  |  | 2 |  | 2 | Giảng giải |
| **Bài 3** | Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo vệ môi trường | 1 |  | 2 |  | 1 |  | Giảng giải |
| **Bài 4** | Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo đảm trật tự an toàn giao thông | 3 |  |  | 2 | 1 |  | Giảng giải |
| **Bài 5** | Phòng, chống một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác | 2 |  |  | 2 |  | 2 | Giảng giải |
| **Bài 6** | An toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng | 1 |  |  | 1 | 1 |  | Giảng giải |
| **Bài 7** | An ninh phi truyền thống và các mối đe dọa an ninh phi truyền thống ở Việt Nam | 1 |  | 1` |  | 1 |  | Giảng giải |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần trang bị cho người học những kiến thức cơ bản về công tác phòng, chống chiến lược “diễn biến hòa bình”, bạo loạn lật đổ của các thế lực thù địch đối với cách mạng Việt Nam, những quy định của pháp luật về một số vấn đề xã hội.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| Lý thuyết | **Tín chỉ 1** |  | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| **Bài 1: Phòng chống chiến lược "DBHB", BLLĐ của các thế lực thù địch đối với cách mạng VN.** | **4** |
| 1. Chiến lược “DBHB”, BLLĐ của các thế lực thù địch chống phá chủ nghĩa xã hội.  2. Chiến lược “DBHB”, BLLĐ của các thế lực thù địch chống phá cách mạng Việt Nam.  3. Mục tiêu, nhiệm vụ, quan điểm và phương châm phòng chống chiến lược “DBHB”, BLLĐ.  4. Những giải pháp phòng, chống chiến lược “DBHB”, BLLĐ ở Việt Nam hiện nay. | 4 |
| Tự học, tự nghiên cứu | - Phòng chống chiến lược "DBHB", BLLĐ của các thế lực thù địch đối với cách mạng VN. | 15 | Học học liệu số [1] | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
|  | **Bài 2: Một số nội dung cơ bản về dân tộc, tôn giáo, đấu tranh phòng chống các thế lực thù địch lợi dụng vấn đề dân tộc, tôn giáo chống phá cách mạng Việt Nam** | **6** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Một số vấn đề cơ bản về dân tộc.  2. Một số vấn đề cơ bản về tôn giáo  3. Đấu tranh phòng chống địch lợi dụng vấn đề dân tộc và tôn giáo chóng phá cách mạng Việt Nam | 4 | Học học liệu số [1] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Thảo luận | 2. Một số vấn đề cơ bản về tôn giáo  3. Đấu tranh phòng chống địch lợi dụng vấn đề dân tộc và tôn giáo chóng phá cách mạng Việt Nam | 2 | Học học liệu số [1]  Sử dụng kiến thức đã học để giải quyết các vấn đề liên quan đến bài học | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | - Một số nội dung cơ bản về dân tộc, tôn giáo và đấu tranh phòng chống địch lợi dụng vấn đề dân tộc và tôn giáo chống phá cách mạng VN. | 15 | Học học liệu số [1]  Tìm hiểu về đặc điểm các dân tộc, các tôn giáo | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
|  | **Bài 3: Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo vệ môi trường** | **4** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Nhận thức chung về bảo vệ môi trường  2. Một số điểm trong Luật bảo vệ môi trường  3. Vai trò của sinh viên trong phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo vệ môi trường. | 4 | Học tài liệu tham khảo số [3] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo vệ môi trường | 10 | Học tài liệu tham khảo số [3] | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
| Lý thuyết | **Bài 4: Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo đảm trật tự an toàn giao thông** | **4** | Học tài liệu tham khảo số [6] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| 1. Nhận thức chung về trật tự an toàn giao thông | **1** |
| **Tín chỉ 2** |  |
| 2. Một số điểm trong Luật về đảm bảo trật tự an toàn giao thông  3. Vai trò của sinh viên trong phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo đảm trật tự an toàn giao thông | 2  1 |
| Tự học, tự nghiên cứu | Phòng, chống vi phạm pháp luật về bảo đảm trật tự an toàn giao thông | 10 | Học tài liệu tham khảo số [6]  Tìm hiểu các qui định của Luật Giao thông đường bộ. | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
|  | **Bài 5: Phòng, chống một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác** | **4** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Nhận thức chung về một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác  2. Một số điểm trong Bộ luật hình sự nước CHXHCN Việt Nam về tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác  3. Vai trò của sinh viên trong phòng, chống một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác | 2 | Học tài liệu tham khảo số [4] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Thảo luận | 2. Một số điểm trong Bộ luật hình sự nước CHXHCN Việt Nam về tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác  3. Vai trò của sinh viên trong phòng, chống một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác | 2 | Học tài liệu tham khảo số [4] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | - Phòng, chống một số loại tội phạm xâm hại danh dự, nhân phẩm của người khác | 8 | Học tài liệu tham khảo số [4]  Tìm hiểu một số qui định của Bộ luật hình sự Nước CHXHCN Việt Nam | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
|  | **Bài 6: An toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng** | **4** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Nhận thức chung về an toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng  2. Các mối đe dọa trong bảo vệ an toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng  3. Chủ thể, giải pháp trong bảo đảm an toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng | 2 | Học tài liệu tham khảo số [5] | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Thảo luận | 2. Các mối đe dọa trong bảo vệ an toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng | 2 | Học tài liệu tham khảo số [5]  Sử dụng kiến thức đã học để giải quyết các vấn đề liên quan đến bài học | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | - An toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng | 7 | Học tài liệu tham khảo số [5]  Nhận thức được nguy cơ mất an toàn thông tin. Biết cách tiếp nhận, sàng lọc, xử lý và phản hồi thông tin trên không gian mạng. | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |
|  | **Bài 7: An ninh phi truyền thống và các mối đe dọa an ninh phi truyền thống ở Việt Nam** | **4** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Nhận dạng các vấn đề an ninh phi truyền thống  2. An ninh phi truyền thống – Mối đe dọa và các nguy cơ, thách thức mang tính toàn cầu  3. An ninh phi truyền thống ở Việt Nam trong thời kỳ hội nhập quốc tế. | 2 | Sử dụng kiến thức đã học để giải quyết các vấn đề liên quan đến bài học | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Thảo luận | 2. An ninh phi truyền thống – Mối đe dọa và các nguy cơ, thách thức mang tính toàn cầu  3. An ninh phi truyền thống ở Việt Nam trong thời kỳ hội nhập quốc tế. | 2 | Sử dụng kiến thức đã học để giải quyết các vấn đề liên quan đến bài học | Thời gian theo thời khoá biểu. Giảng đường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | An ninh phi truyền thống và các mối đe dọa an ninh phi truyền thống ở Việt Nam | 5 | Sử dụng kiến thức đã học để giải quyết các vấn đề liên quan đến bài họ, Việt Nam trong thời kỳ hội nhập. | Thư viện, ở nhà, tại giảng đường. |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1.Tài liệu bắt buộc**

[1]. Đào Huy Hiệp và cộng sự (2014), *Giáo trình Giáo dục quốc phòng – An ninh* *tập 1*, Nhà xuất bản Giáo dục

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2]. Phạm Văn Sinh cùng cộng sự (2009), *Những nguyên lý cơ bản của chủ nghĩa Mác – Lê nin,* NXB Chính trị quốc gia.

[3]. Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam (2014), *Luật Bảo vệ môi trường,*  NXB Lao động.

[4]. Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam (2017),  *Bộ luật hình sự năm 2015 (Sửa đổi năm 2017),* NXB Lao động.

[5] Đinh Tuấn Khánh (2019), *An toàn thông tin và phòng, chống vi phạm pháp luật trên không gian mạng* (Chuyên đề tập huấn Giáo viên GDQP&AN của Bộ Giáo dục và Đào tạo)

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 2 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 3 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 4 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 5 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 6 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 7 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 8 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 9 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 10 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 11 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 12 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 13 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 14 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 15 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| **Tổng cộng** | **30** |  |  |  |  | **70** |

**11.Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

11.1. Thang điểm đánh giá

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch5, Ch6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 giờ trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số giờ của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Theo đáp án, thang điểm của giảng viên | Ch1 đến Ch6 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi tự luận | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch6 | 10 |

11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi: 60 phút

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| Đề thi gồm 2 câu  Câu 1 (6 điểm): nội dung tương ứng tín chỉ 1, 2.  Câu 2 (4 điểm): nội dung tương ứng tín chỉ tín chỉ 1, 2**.**  Cấp độ nhận thức: 40% nhận biết, 40% thông hiểu, 15% vận dụng thấp, 5% vận dụng cao | 60 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** | |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO  **TRUNG TÂM TDTT** | | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc** | |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục quốc phòng – An ninh 3

(Quân sự chung)

Mã học phần: TC2.1.016.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 02

- Loại học phần: Bắt buộc

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 14 giờ

+ Giảng dạy ngoài sân bãi: 15 giờ

+ Kiểm tra: 1 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 70 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | Th.S. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |
| 3 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 4 | Th.S Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | Th.S Phạm Thị Quyên | 0973333458 | phamquyen1985@gmail.com |
| 6 | CN. Nguyễn Duy Hưng | 0912846171 | [duyhungtq2011@gmail.com](mailto:duyhungtq2011@gmail.com) |
| 7 | CN. Lê Văn Ninh | 0972722003 | Haianh251215@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung:**

Người học có kiến thức cơ bản về quan điểm của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước về quốc phòng và an ninh; xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân, xây dựng thế trận quốc phòng toàn dân gắn với thế trận an ninh nhân dân, xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân; bổ sung kiến thức về phòng thủ dân sự ; sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ quân sự, nghĩa vụ công an bảo vệ Tổ quốc.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt 1: Có kiến thức về các quy định nền nếp, nội vụ, điều lệnh; lịch sử, truyền thống Quân đội nhân dân Việt Nam; Nội dung, bản chất của một số kỹ năng cơ bản trong chiến đấu.

Mt 2: Vận dụng những kiến thức đã được trang bị để thực hiện đúng các chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày, trong tuần; những kỹ năng cơ bản về đội hình đội ngũ, kỹ năng quân sự cá nhân.

Mt 3: Có ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần, hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho người học, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức đóng góp 1:

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| --- | --- | --- |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Hình thành kiến thức chung về lịch sử, truyền thống Quân đội nhân dân Việt Nam. | CĐR 1 |
| Ch2: Phân tích được các quy định về nền nếp, nội vụ, điều lệnh; Nội dung, bản chất của một số kỹ năng cơ bản trong chiến đấu. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
|  | *Kỹ năng cứng* | |
| Mt 2 | Ch3: Vận dụng những kiến thức đã học để thực hiện đúng các chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày, trong tuần; những kỹ năng cơ bản về đội hình đội ngũ, kỹ năng quân sự cá nhân. | CĐR1 |
| *Kỹ năng mềm* | |
| Ch4: Vận dụng một số kỹ năng quân sự, các quy định chung trong sinh hoạt và học tập môn GDQP&AN. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 3 | Ch5: Yêu thích môn học và tìm hiểu các vấn đề của nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân góp phần hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho sinh viên, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam. | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch 5** | **Ch 6** |
| **Quân sự chung** | Chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày, trong tuần |  | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | Giảng giải |
| Các chế độ nền nếp chính quy, bố trí trật tự nội vụ trong doanh trại |  | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải, làm mẫu |
| Hiểu biết chung về các quân, binh chủng trong quân đội | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| Điều lệnh đội ngũ từng người có súng |  | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| Điều lệnh đội ngũ đơn vị |  |  | 2 | 1 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |
| Hiểu biết chung về bản đồ địa hình quân sự |  | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| Phòng tránh địch tiến công hỏa lực bằng vũ khí công nghệ cao |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | Giảng giải |
| Ba môn quân sự phối hợp |  |  | 2 | 1 | 1 | 1 | Phân tích, làm mẫu, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần cung cấp cho người học những kiến thức về các quy định nền nếp, nội vụ, điều lệnh; lịch sử, truyền thống Quân đội nhân dân Việt Nam; Nội dung, bản chất của một số kỹ năng cơ bản trong chiến đấu. Hình thành kỹ năng quân sự chung, sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ đối với Tổ quốc.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
| Lý thuyết | **Chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày, trong tuần** | **2** |  |  |  |
| 1. Chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày  2. Chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong tuần. | 2 | Nắm được các chế độ sinh hoạt, học tập, công tác trong ngày, trong tuần, áp dụng vào thực tế học tập | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Các chế độ nền nếp chính quy, bố trí trật tự nội vụ trong doanh trại** | **2** |  |  |  |
| 1. Quy định về mang, mặc trang phục, cách xưng hô trong doanh trại quân đội nhân dân Việt Nam  2. Cách bố trí trật tự nội vụ trong doanh trại quân đội nhân dân Việt Nam. | 2 | Vận dụng được các chế độ nền nếp chính quy, bố trí trật tự nội vụ trong doanh trại vào thực tiễn học tập | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Lý thuyết | **Hiểu biết chung về các quân, binh chủng trong quân đội** | **4** |  |  |  |
| 1. Khái niệm cơ bản về quân, binh chủng.  2. Giới thiệu chung về tổ chức, lực lượng các quân binh chủng.  3. Lịch sử, truyền thống quân, binh chủng. | 4 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Điều lệnh đội ngũ từng người có súng** | **4** |  |  |  |
| 1. Khám súng, sửa dây súng.  2. Ngiêm, nghỉ, quay tại chỗ có súng.  3. Ngồi xuống, đứng dậy, tiến, lùi, qua phải, qua trái có súng. | 4 | Học học liệu số [1], [2], [3]  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Điều lệnh đội ngũ đơn vị** | **3** |  |  |  |
| 1. Đội hình tiểu đội  2. Đội hình trung đội | 3 | Học học liệu số [1]  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp. Chuẩn bị trước những nội dung cần thảo luận | 35 | Đọc học liệu số [1], đặt ra các câu hỏi cần giải đáp | Thư viện, Thao trường |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | **Điều lệnh đội ngũ đơn vị (tiếp)** | **1** |  |  |  |
| 1. Đội hình tiểu đội  2. Đội hình trung đội | 1 | Học học liệu số [1]  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Lý thuyết | **Hiểu biết chung về bản đồ địa hình quân sự** | **4** |  |  |  |
| 1. Khái niệm, ý nghĩa, phân loại bản đồ địa hình quân sự  2. Đo cự li, diện tích trên bản đồ. | 2 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 3. Sử dụng bản đồ ngoài thực địa | 2 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Lý thuyết | **Phòng tránh địch tiến công hỏa lực bằng vũ khí công nghệ cao** | **4** |  |  |  |
| 1.Khái niệm, đặc điểm, thủ đoạn đánh phá và khả năng sử dụng vũ khí công nghệ cao của địch trong chiến tranh  2. Một số biện pháp phòng chống địch tiến công hỏa lực bằng vũ khí công nghệ cao | 2 | Học học liệu số [2] | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Phòng chống địch tiến công bằng vũ khí công nghệ cao | 2 | Học học liệu số [2],  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Lý thuyết | **Ba môn quân sự phối hợp** | **6** |  |  |  |
| 1. Ba môn quan sự phối hợp.  1.1 Đặc điểm và điều kiện thi đấu.  1.2 Quy tắc thi đấu  1.3 Cách tính thành tích | 2 | Học học liệu số [1]  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Thực hành ba môn quân sự phối hợp | 4 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi lên lớp. Chuẩn bị trước những nội dung cần thảo luận | 35 | Trả lời các câu hỏi giáo viên giao về nhà, tự đặt ra các câu hỏi cần giải đáp | Thư viện, Thao trường |  |

**9. Tài liệu học tập**

**9.1. Tài liệu bắt buộc**

[1] [1] Nguyễn Đức Đăng (2014), *Giáo trình Giáo dục quốc phòng – an ninh tập 2*, Nxb Giáo dục.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 10*, Nxb giáo dục Việt Nam

[3] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 11*, Nxb giáo dục Việt Nam

[4] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 12*, Nxb giáo dục Việt Nam

[5] Ban CHQS Đại học Tân Trào (2017), *Hiểu biết chung về Quân, Binh chủng* (Tài liệu bồi dưỡng chiến sĩ Tự vệ)

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Sinh viên tự học, tự nghiên cứu (giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 2 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 3 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 4 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 5 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 6 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 7 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 8 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 9 | 2 |  |  |  |  | 5 |
| 10 |  |  |  | 2 |  | 5 |
| 11 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 12 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 13 | 2 |  |  |  |  | 4 |
| 14 |  |  |  | 2 |  | 4 |
| 15 |  | 1 |  | 1 |  | 4 |
| **Tổng cộng** | **14** | **1** |  | **15** |  | **70** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

***11.1. Thang điểm đánh giá***

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

***11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm***

| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch 5, Ch 6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 tiết trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số tiết của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên,**  **trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Theo đáp án, thang điểm của giảng viên | Ch 1,2,3,4 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi tự luận | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch 6 | 10 |

***11.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi***

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| Đề thi gồm 2 câu  Câu 1 (3 điểm): Nội dung tương ứng tín chỉ 1, 2  Câu 2 (7 điểm): Vận dụng, thực hiện các nhiệm vụ cụ thể trong Nội dung tín chỉ 1,2.  Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiều, 70% áp dụng và phân tích | 60 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂN TRÀO | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** |
| **TRUNG TÂM TDTT** | **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

Tên học phần: Giáo dục quốc phòng – An ninh 4

(Kỹ thuật chiến đấu bộ binh và chiến thuật)

Mã học phần: TC2.1.017.2

**1. Thông tin về học phần**

- Số tín chỉ: 02 TC

- Loại học phần: Bắt buộc

- Điều kiện tiên quyết: Không

- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập

+ Học lý thuyết trên lớp: 04 giờ

+ Học tập ngoài thao trường, sân bãi: 56 giờ

+ Tự học, tự nghiên cứu: 40 giờ

- Đơn vị phụ trách học phần:

+ Trung tâm: Thể dục Thể thao

**2. Thông tin về giảng viên**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Học hàm, học vị, họ và tên** | **Số điện thoại** | **Email** |
| 1 | Th.S. Phùng Quang Phát | 0979681560 | phungquangphat@gmail.com |
| 2 | Th.S. Nguyễn Việt Phương | 0974580888 | nguyenvietphuong1985@gmail.com |
| 3 | Th.S Lục Hưng Quốc | 0386818169 | hungquoctq@gmail.com |
| 4 | Th.S Lý Văn Thành | 0985286779 | lyvanthanh.cdtq@gmail.com |
| 5 | Th.S Phạm Thị Quyên | 0973333458 | phamquyen1985@gmail.com |
| 6 | CN. Nguyễn Duy Hưng | 0912846171 | duyhungtq2011@gmail.com |

**3. Mục tiêu của học phần (Kí hiệu Mt)**

**- Mục tiêu chung:**

Người học có kiến thức cơ bản về quan điểm của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước về quốc phòng và an ninh; xây dựng nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân, xây dựng thế trận quốc phòng toàn dân gắn với thế trận an ninh nhân dân, xây dựng lực lượng vũ trang nhân dân; bổ sung kiến thức về phòng thủ dân sự ; sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ quân sự, nghĩa vụ công an bảo vệ Tổ quốc.

- **Mục tiêu cụ thể:**

Mt 1: Có kiến thức cơ bản về tính năng, cấu tạo, nguyên lý sử dụng, bảo quản một số loại vũ khí bộ binh thông thường; Nguyên lý kỹ thuật chiến đấu cá nhân; Các quy định khi thực hiện một số nhiệm vụ trong quân đội.

Mt 2: Thực hiện đúng các kỹ, chiến thuật cá nhân trong chiến đấu tiến công, phòng ngự và cảnh giới (canh gác). Biết cách sử dụng, bảo quản súng tiểu liên AK và một số loại lựu đạn thông thường.

Mt 3: Có ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần, hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho người học, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam.

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

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra 1 của chương trình đào tạo theo mức độ đóng góp 1.

*0 = Không đóng góp; 1 = Đóng góp ở mức độ nhớ và hiểu; 2 = Đóng góp ở mức độ áp dụng và phân tích; 3 = Đóng góp ở mức độ đánh giá và sáng tạo*

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Kí hiệu Ch)**

| **Mục tiêu của HP** | **CĐR của học phần** | **CĐR của CTĐT** |
| --- | --- | --- |
| **Kiến thức** | | |
| Mt 1 | Ch1: Phân tích được tính năng, cấu tạo, nguyên lý sử dụng, bảo quản một số loại vũ khí bộ binh thông thường; kỹ thuật chiến đấu cá nhân. | CĐR 1 |
| Ch2: Tìm hiểu những quy định khi thực hiện một số nhiệm vụ trong quân đội. | CĐR1 |
| **Kỹ năng** | | |
|  | *Kỹ năng cứng* | |
| Mt 2 | Ch3: Vận dụng những kiến thức đã học để thực hiện đúng các kỹ, chiến thuật cá nhân trong chiến đấu tiến công, phòng ngự và cảnh giới (canh gác). | CĐR1 |
| *Kỹ năng mềm* | |
| Ch4: Vận dụng những kiến thức, kỹ năng đã học vào thực hiện nhiệm vụ xây dựng và bảo vệ Tổ quốc trong tình hình mới. | CĐR1 |
| **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | |
| Mt 3 | Ch5: Yêu thích môn học và tìm hiểu các vấn đề của nền quốc phòng toàn dân, an ninh nhân dân góp phần hình thành niềm tin, rèn luyện phẩm chất đạo đức cách mạng và lý tưởng cho sinh viên, xây dụng lòng tin chiến thắng trước mọi âm mưu, thủ đoạn của kẻ thù đối với cách mạng Việt Nam. | CĐR1 |
| Ch6: Hình thành ý thức tổ chức kỷ luật, năng lực làm việc độc lập, tự chủ trong học tập và nghiên cứu, tinh thần trách nhiệm cao trong việc tìm hiểu các nội dung liên quan đến học phần. | CĐR1 |

**6. Ma trận kiến thức học phần với chuẩn đầu ra học phần**

*1 = Đóng góp ở mức độ nhớ. 2 = Đóng góp ở mức độ hiểu; 3 = Đóng góp ở mức độ áp dụng; 4 = Đóng góp ở mức độ phân tích; 5 = Đóng góp ở mức độ đánh giá; 6 = Đóng góp ở mức độ sáng tạo (Theo thang đo nhận thức Bloom)*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung học phần** | | **Kiến thức** | | **Kĩ năng** | | **Mức độ tự chủ và trách nhiệm** | | **Phương pháp dạy học** |
| **Chương** | **Kiến thức** | **Cứng** | **Mềm** |
| **Ch1** | **Ch2** | **Ch3** | **Ch4** | **Ch5** | **Ch6** |
| **Kỹ thuật chiến đấu bộ binh và chiến thuật** | Kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK | 2 |  | 3 | 3 |  | 1 | Giảng giải, làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Tính năng, cấu tạo và cách sử dụng một số loại lựu đạn thường dùng. Ném lựu đạn bài 1 | 2 |  | 3 | 3 |  | 1 | Giảng giải, làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Từng người trong chiến đấu tiến công |  |  | 3 | 3 | 3 |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Từng người trong chiến đấu phòng ngự |  |  | 3 | 3 |  |  | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |
| Từng người làm nhiệm vụ canh gác (cảnh giới) |  | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | Làm mẫu, phân tích, sửa sai |

**7. Tóm tắt nội dung học phần**

Học phần cung cấp cho người học những kiến thức về tính năng, cấu tạo, nguyên lý sử dụng, bảo quản một số loại vũ khí bộ binh thông thường; Nguyên lý kỹ thuật chiến đấu cá nhân; Các quy định khi thực hiện một số nhiệm vụ trong quân độ. Sẵn sàng thực hiện nghĩa vụ bảo vệ Tổ quốc.

**8. Nội dung chi tiết học phần**

| **Hình thức tổ chức dạy học** | **Nội dung chính** | **Số giờ** | **Yêu cầu đối với**  **sinh viên** | **Thời gian,**  **địa điểm** | **Ghi chú** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Tín chỉ 1** |  |  |  |  |
|  | **Kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK** | **24** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1. Ngắm bắn  2. Ngắm trúng và ngắm chụm.  3. Tư thế động tác bắn, bắn và thôi bắn súng tiểu liên AK | 2 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Giảng đường. |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Thực hành động tác nằm bắn súng tiểu liên AK  2. Tập ngắm bắn  3. Tập bắn trúng, bắm chụm  4. Tập bắn mục tiêu ban ngày bằng súng tiểu liên AK | 22 | Học học liệu số [1],  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
|  | **Tính năng, cấu tạo và cách sử dụng một số loại lựu đạn thường dùng. Ném lựu đạn bài 1** | **6** |  |  |  |
| Lý thuyết | 1, Giới thiệu một số loại lựu đạn Việt Nam  2, Quy tắc sử dụng và bảo quản lựu đạn.  3, Tư thế, động tác ném lựu đạn | 2 | Học học liệu số [1] | Thời khoá biểu, Giảng đường |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Thực hành sử dụng lựu đạn: Ném lựu đạn trúng đích | 4 | Học học liệu số [1]. Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Tự học tự nghiên cứu | Đọc các phần lý thuyết trước khi nghe giảng | 20 | Học học liệu số [1] | Thư viện, Thao trường |  |
|  | **Tín chỉ 2** |  |  |  |  |
|  | **Tính năng, cấu tạo và cách sử dụng một số loại lựu đạn thường dùng. Ném lựu đạn bài 1** | **2** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | Thực hành sử dụng lựu đạn: Ném lựu đạn trúng đích | 2 | Học học liệu số [3]. Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
|  | **Từng người trong chiến đấu tiến công** | **16** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Nhiệm vụ, yêu cầu chiến thuật  2. Hành động của chiến sĩ sau khi nhận nhiệm vụ  3. Thực hành chiến đấu  4. Hành động của từng người khi chiếm được mục tiêuThực hành từng người trong chiến đấu tiến công | 16 | Học học liệu số [1],  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
|  | **Từng người trong chiến đấu phòng ngự** | **8** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Đặc điểm tiến công của địch  2. Nhiệm vụ, yêu cầu chiến thuật  3. Hành động của từng người sau khi nhận nhiệm vụ  4. Hành động của từng người khi thực hành chiến đấu | 8 | Học học liệu số [1],  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
|  | **Từng người làm nhiệm vụ canh gác (cảnh giới)** | **4** |  |  |  |
| Giảng dạy ngoài sân bãi | 1. Nguyên tắc canh gác, cảnh giới. Yêu cầu đối với cán bộ, chiến sĩ làm nhiệm vụ canh gác, cảnh giới.  2. Canh gác, cảnh giới tại vọng gác  3. Cơ động tuần tra, kiểm soát  4. Giải quyết các tình huống xảy ra tại mục tiêu. | 4 | Học học liệu số [2]  Tích cực luyện tập, thực hiện được nhiệm vụ canh gác, cảnh giới  Tập luyện nghiêm túc. Tuân thủ các quy định về đảm bảo an toàn khi sử dụng vũ khí. | Thời khoá biểu, Thao trường |  |
| Tự học, tự nghiên cứu | Từng người làm nhiệm vụ canh gác (cảnh giới), từng người trong chiến đấu tiến công, phòng ngự, kĩ thuật sử dụng lựu đạn | 20 | Đọc học liệu số [1] [4] | Thư viện, Thao trường |  |

**9. Tài liệu học tập**

[1] Nguyễn Đức Đăng (2014), *Giáo trình Giáo dục quốc phòng – an ninh tập 2*, Nxb Giáo dục.

**9.2. Tài liệu tham khảo**

[2] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 10*, Nxb giáo dục Việt Nam

[3] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 11*, Nxb giáo dục Việt Nam

[4] Đặng Đức Thắng và cộng sự (2016), *Giáo dục quốc phòng – an ninh 12*, Nxb giáo dục Việt Nam

**10. Kế hoạch giảng dạy cụ thể**

| **Tuần** | **Giảng viên lên lớp (giờ)** | | | | | **Người học tự học, tự nghiên cứu (Giờ)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lý thuyết** | **Kiểm tra** | **Bài tập** | **Thực hành, thảo luận** | **Thực tế, thực tập, tiểu luận, bài tập lớn** |
| 1 | 2 |  |  | 2 |  | 2 |
| 2 |  |  |  | 4 |  | 2 |
| 3 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 4 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 5 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 6 |  |  |  | 4 |  | 2 |
| 7 | 2 |  |  | 2 |  | 2 |
| 8 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 9 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 10 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 11 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 12 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 13 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 14 |  |  |  | 4 |  | 3 |
| 15 |  |  |  | 4 |  | 2 |
| **Tổng cộng** | **04** |  |  | **56** |  | **40** |

**11. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên**

**11.1. Thang điểm đánh giá**

Sử dụng thang điểm 10 cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

**11.2. Hình thức, tiêu chí đánh giá và trọng số điểm**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Hình thức** | **Trọng số điểm** | **Tiêu chí đánh giá** | **CĐR**  **của HP** | **Điểm**  **tối đa** |
| **Điểm thành phần 1: Điểm chuyên cần, ý thức học tập, tham gia thảo luận,**  **trọng số 10%** | | | | | |
| 1 | Điểm chuyên cần, ý thức học tập | 10% | Thái độ tham dự (2%)  *Trong đó:*  *- Luôn chú ý và tham gia các hoạt động (2%)*  *- Khá chú ý, có tham gia (1,5%)*  *- Có chú ý, ít tham gia (1%)*  *- Không chú ý, không tham gia (0%)* | Ch5, Ch6 | 2 |
| Thời gian tham dự (8%)  *Nếu vắng 01 giờ trừ 1%*  *Vắng quá 20% tổng số giờ của học phần 0 điểm* | 8 |
| **Điểm thành phần 2: Trung bình cộng các điểm kiểm tra thường xuyên, điểm thực hành, trọng số 30%** | | | | | |
| 2 | Bài kiểm tra | 30% | 01 điểm: Theo đáp án, thang điểm của giảng viên | Ch1 đến Ch6 | 10 |
| **Điểm thành phần 3: Thi kết thúc học phần trọng số 60%** | | | | | |
| 3 | Thi vấn đáp + thực hành | 60% | Theo đáp án và thang điểm đề thi kết thúc học phần | Ch1 đến Ch6 | 10 |

**1.3. Cấu trúc đề thi, thời gian thi**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cấu trúc đề thi** | **Thời gian làm bài** |
| - Đề thi gồm 02 câu:  + Câu 1 (3 điểm): Cấp độ nhớ và hiểu  Lý thuyết chung: Nội dung trong tín chỉ 1,2 với cấp độ nhớ và hiểu  + Câu 2: (7 điểm): Cấp độ áp dụng và phân tích  - Cấp độ nhận thức: 30% nhớ và hiểu ; 70% áp dụng và phân tích ; | 90 phút |

*Tuyên Quang, ngày tháng năm 2024*

|  |  |
| --- | --- |
| **PHÓ GIÁM ĐỘC**  **Ths. Nguyễn Văn Thành** | **HIỆU TRƯỞNG**  **TS. Nguyễn Minh Anh Tuấn** |