BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh Phúc

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Tên học phần: Cầu lông nâng cao 1 (PROFESSION BADMINTON 1)

- **Mã số học phần:** TC 214
- **Số tín chỉ học phần:** 3 tín chỉ
- **Số tiết học phần:** 15 tiết lý thuyết, 60 tiết thực hành và 60 tiết tự học.

2. Đơn vị phụ trách học phần:

- **Bộ môn:** Thể thao chuyên ngành
- **Khoa:** Giáo dục thể chất

3. Điều kiện:

- **Điều kiện tiên quyết:** TC 204
- **Điều kiện song hành:**

4. Mục tiêu của học phần:

Mục tiêu	Nội dung mục tiêu	CĐR CTĐT
4.1	Cung cấp cho người học những kiến thức về: lịch sử phát triển môn cầu lông, ý nghĩa tác dụng tập luyện môn cầu lông. Nguyên lý kỹ thuật cầu lông. Kỹ thuật môn cầu lông.	2.1.3.a.b.d
4.2	Rèn luyện cho người học thuần thục những kỹ năng về thực hành các kỹ thuật cầu lông.	2.2.1.b
4.3	Phát triển cho người học về các nguyên lý kỹ thuật trong dạy học môn cầu lông, thị phạm được các kỹ thuật cơ bản môn cầu lông phục vụ cho công tác đứng lớp. Phát triển kỹ năng làm mẫu (thị phạm) động tác.	2.2.2.b
4.4	Hình thành cho người học về những phẩm chất: Chủ động, tích cực tham gia và vận động người khác cùng tham gia các hoạt động cầu lông; có ý thức tự giác, tự tin, trung thực, dũng cảm, có tinh thần hợp tác thân thiện, thể hiện khát khao trong học tập, rèn luyện; có tinh thần đoàn kết, thương yêu, giúp đỡ lẫn nhau trong học tập.	2.3.b

5. Chuẩn đầu ra của học phần:

CĐR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CĐR CTĐT
	Kiến thức		

CO1	Trình bày được lịch sử phát triển môn cầu lông, ý nghĩa tác dụng tập luyện môn cầu lông. Các nguyên lý kỹ thuật cầu lông. Kỹ thuật môn cầu lông.	4.1	2.1.3.a.b.d
	Kỹ năng		
CO2	Thực hiện thành thạo các kỹ thuật phát cầu, phòng thủ, tấn công, di chuyển. Phát triển năng lực vận động.	4.2	2.2.1.b
CO3	Biết phân tích các nguyên lý kỹ thuật trong dạy học môn cầu lông, thị phạm được các kỹ thuật cơ bản môn cầu lông phục vụ cho công tác đứng lớp.	4.3	2.2.2.b
	Vận dụng kỹ năng làm mẫu (thị phạm) động tác.		
	Thái độ/Mức độ tự chủ và trách nhiệm		
CO4	Thể hiện được ý thức tự giác, tinh thần tập thể, đoàn kết giúp đỡ lẫn nhau trong học tập, rèn luyện; tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện của bản thân và tổ/nhóm, yêu thích môn cầu lông trong vui chơi, sinh hoạt, học tập và thi đấu.	4.4	2.3.b

6. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

Học phần cầu lông 1 là học phần khi sinh viên tiếp cận cầu lông, các nội dung được thiết kế phù hợp cho người học cụ thể:

- Phần lý thuyết sinh viên được cung cấp kiến thức về: nguồn gốc, lịch sử phát triển môn cầu lông, ý nghĩa tác dụng tập luyện môn cầu lông, các nguyên lý cơ bản của kỹ thuật cầu lông.

- Phần thực hành sinh viên thực hành tập luyện được các kỹ thuật cầu lông (Cách cầm vợt, cầm cầu. Các tư thế chuẩn bị cơ bản. Kỹ thuật phát cầu, kỹ thuật phòng thủ, kỹ thuật tấn công) và phát triển năng lực vận động (Sức nhanh, mạnh, bền, khéo léo và khả năng phối hợp vận động).

7. Cấu trúc nội dung học phần:

7.1. Lý thuyết

TT	Nội dung	Số tiết	CĐR HP
Chương 1.	**Vị trí, tác dụng và lịch sử phát triển môn cầu lông, hệ thống các giải thi đấu môn cầu lông**		
1.1.	Vị trí, tác dụng và lịch sử phát triển môn cầu lông. Hệ thống các giải thi đấu môn cầu lông	2	CO1, CO4
1.2.	Ý nghĩa tác dụng tập luyện môn cầu lông		
Chương 2.	**Kỹ thuật cơ bản môn cầu lông**		

TT	Nội dung	Số tiết	CĐR HP
2.1.	Các nguyên lý cơ bản của kỹ thuật cầu lông	2	CO1, CO4
2.2	Các kỹ thuật của cầu lông	8	CO1, CO4

7.2. Thực hành

Nội dung	Số tiết	CĐR HP
Kỹ thuật cầm vợt, cầm cầu, các tư thế chuẩn bị	1	CO2, CO4,
Kỹ thuật phát cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật bỏ nhỏ, chặn cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật đánh cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật đập cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật chặt cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật đánh cầu trên lưới	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật tạt cầu, đẩy cầu	6	CO2, CO4,
Kỹ thuật di chuyển	6	CO2, CO4,
Bài tập phát triển thể lực chung	3	CO2, CO4,

8. Phương pháp giảng dạy:

8.1. Lý thuyết:

- Phương pháp Diễn giảng.
- Phương pháp Vấn đáp/ Đàm thoại.
- Phương pháp giải quyết vấn đề.

8.2. Thực hành:

- Phương pháp trực quan.
- Phương pháp thực hành.
- Phương pháp tập luyện.
- Phương pháp tập luyện tổng hợp.
- Phương pháp sửa động tác sai.
- Phương pháp trò chơi và thi đấu.

9. Nhiệm vụ của sinh viên:

Sinh viên phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Tham gia đầy đủ 100% giờ thực hành trên lớp, theo quy định ở Điều 19: Giờ lên lớp Quy chế học vụ dành cho sinh viên của trường ĐHCT.
- Tham dự kiểm tra giữa học kỳ, tham dự thi kết thúc học phần.
- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.

10. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên:

10.1. Cách đánh giá

Sinh viên được đánh giá tích lũy học phần như sau:

TT	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	CĐR HP
1	Điểm chuyên cần	Số tiết tham dự học/tổng số tiết	10%	CO4
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ	- Thi viết/trắc nghiệm/ (.... phút)	30%	CO1,CO2,CO3
3	Điểm thi kết thúc học phần	- Tham dự đủ 80% tiết lý thuyết và 100% giờ thực hành - Bắt buộc dự thi	60%	CO1,CO2,CO3,CO4

10.2. Cách tính điểm

- Điểm đánh giá thành phần và điểm thi kết thúc học phần được chấm theo thang điểm 10 (từ 0 đến 10), làm tròn đến một chữ số thập phân.

- Điểm học phần là tổng điểm của tất cả các điểm đánh giá thành phần của học phần nhân với trọng số tương ứng. Điểm học phần theo thang điểm 10 làm tròn đến một chữ số thập phân, sau đó được quy đổi sang điểm chữ và điểm số theo thang điểm 4 theo quy định về công tác học vụ của Trường.

11. Tài liệu học tập:

Thông tin về tài liệu	Số đăng ký cá biệt
[1] Giáo trình cầu lông	GDTC.000171
[2] Hệ thống bài tập huấn luyện cầu lông	GDTC.000193
[3] Giáo trình cầu lông / Châu Hoàng Cầu, Nguyễn Văn Hòa, Nguyễn Hữu Tri.- Cần Thơ: Nxb. Đại học Cần Thơ, 2022.- 124 tr.: minh họa; 30 cm, 9786049656408.- 796.345/ C125	MON.066309

12. Hướng dẫn sinh viên tự học:

12.1. Lý thuyết

Nội dung	Lý thuyết (15t)	Tự học (30t)	Nhiệm vụ của sinh viên
Lý thuyết: Chương 1: Vị trí , tác dụng và lịch sử phát triển môn CL. Hệ thống các giải thi đấu CL của "IBF". 1.1. Vị trí , tác dụng và lịch sử phát triển môn cầu lông. 1.2. Hệ thống các giải thi đấu cầu lông của "IBF".	3	6	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 1 (từ trang 1 – 15), [1].
Chương 2: Kỹ thuật cơ bản cầu lông. 2.1. Các nguyên lý cơ bản của kỹ thuật cầu lông.	3	6	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần A. Các nguyên lý kỹ thuật cơ bản(từ trang 16–

Nội dung	Lý thuyết (15t)	Tự học (30t)	Nhiệm vụ của sinh viên
			20), [1].
Chương 2: Kỹ thuật cơ bản cầu lông. 2.2. Các kỹ thuật cơ bản cầu lông.	3	6	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1].
Kỹ năng sư phạm môn cầu lông. - Kỹ năng thuyết trình	3	6	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 1 (từ trang 1 – 15), [1].
Thảo luận. ***Ôn tập kiểm tra, đánh giá.***	3	6	

12.2. Thực hành

Nội dung	Thực hành (60t)	Tự học (30t)	Nhiệm vụ của sinh viên
Hướng dẫn làm quen cầu với vợt, cách cầm vợt, cầm cầu. Tư thế chuẩn bị. - Các cách cầm vợt. - Cách cầm cầu. - Tư thế chuẩn bị trong môn cầu lông Kỹ thuật phát cầu. - Kỹ thuật phát cầu trái tay. - Kỹ thuật phát cầu phải tay.	6	3	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 1 (từ trang 1 – 15), [1]. + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 24–59), [1]. + Tài liệu: HD kỹ thuật tập đánh cầu [3].
Kỹ thuật đánh cầu. - Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên trái. - Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải. - Kỹ thuật đánh cầu cao tay bên trái. - Kỹ thuật đánh cầu cao tay bên phải. Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu.	6	3	Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 24–59), [1]. + Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].
Kỹ thuật đánh cầu. - Kỹ thuật đánh cầu cao tay bên trái. - Kỹ thuật đánh cầu cao tay bên phải. - Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu.	6	3	Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 24–59), [1]. + Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].

Nội dung	Thực hành (60t)	Tự học (30t)	Nhiệm vụ của sinh viên
Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu.			
Kỹ thuật di chuyển. - Di chuyển đơn bước. - Di chuyển đa bước. - Di chuyển bước bật. Các bài tập phát triển thể lực chung.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].
Kỹ thuật dập cầu. - Kỹ thuật đập cầu trên lưới. - Kỹ thuật đập cầu giữa sân. - Kỹ thuật đập cầu cuối sân. Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].
Kỹ thuật chặt cầu (chém cầu). Kỹ thuật bỏ nhỏ (chặn cầu). - Kỹ thuật bỏ nhỏ bên phải. - Kỹ thuật bỏ nhỏ bên trái. Kỹ thuật tạt cầu. - Kỹ thuật tạt cầu bên phải. - Kỹ thuật tạt cầu bên trái Kỹ thuật đẩy cầu.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: HD kỹ thuật tập đánh cầu [3]. + Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].
Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu. Kỹ thuật đập cầu. Kỹ thuật chặt cầu (chém cầu). Kỹ thuật bỏ nhỏ, chặn cầu. Kỹ thuật tạt cầu, đẩy cầu. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới (chộp cầu). Các bài tập phát triển thể lực chung.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: Kỹ năng sư phạm. + Tài liệu: HD kỹ thuật tập đánh cầu [3].
Kỹ thuật phát cầu. Kỹ thuật đập cầu. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới (chộp cầu). Kỹ thuật tạt cầu, đẩy cầu. Các bài tập phát triển thể lực chung. Kỹ thuật bỏ nhỏ, chặn cầu.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: Tìm hiểu thêm nội dung của buổi thảo luận.

Nội dung	Thực hành (60t)	Tự học (30t)	Nhiệm vụ của sinh viên
			+ Tài liệu: Hệ thống bài tập [2].
Kỹ thuật phát cầu. Kỹ thuật đánh cầu. Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới (chộp cầu). Các bài tập phát triển thể lực chung.	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: HD kỹ thuật tập đánh cầu [3].
Kỹ thuật đánh cầu trên đỉnh đầu. Kỹ thuật chặt cầu (chém cầu). Kỹ thuật đánh cầu trên lưới (chộp cầu). Kỹ thuật tạt cầu, dẫy cầu. ***Kiểm tra, đánh giá***	6	3	-Nghiên cứu trước: + Tài liệu: Chương 2 Phần B. Các kỹ thuật cơ bản của CL (từ trang 21–59), [1]. + Tài liệu: HD kỹ thuật tập đánh cầu [3].

Cần Thơ, ngày 19 tháng 9 năm 2024

TL. HIỆU TRƯỞNG
TRƯỞNG KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

Nguyễn Văn Hòa

TRƯỞNG BỘ MÔN TTCN

Châu Hoàng Cầu

Chiu Hoang Cau

Nguyen Van Hoa