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: BÓNG CHUYỀN 3 (VOLLEYBALL 3)

- **Mã số học phần: TC020**
- **Số tín chỉ học phần:** 01 tín chỉ
- **Số tiết học phần:** 30 giờ thực hành và 15 giờ tự học.

2. Đơn vị phụ trách học phần: Khoa Giáo dục thể chất

- **Bộ môn:** Thể thao trường học.

3. Điều kiện tiên quyết: TC006

4. Mục tiêu của học phần:

Mục tiêu	Nội dung mục tiêu	CĐR CTĐT
4.1	Nắm vững kiến thức cơ bản về môn Bóng chuyền, phục vụ luyện tập, rèn luyện thể lực hằng ngày, hình thành thói quen luyện tập TDTT thường xuyên, suốt đời.	2.1.1
4.2	Ứng dụng kỹ năng giải quyết vấn đề, huấn luyện thi đấu các môn thể thao và các hoạt động thể dục thể thao.	2.2.1
4.3	Ứng dụng kỹ năng làm việc độc lập, nhóm, tập thể trong giải quyết vấn đề.Tăng cường kỹ năng giao tiếp xã hội.	2.2.2
4.4	Thể hiện thái độ nghiêm túc, cầu tiến trong quá trình học tập để nắm vững kiến thức về môn học. Có ý thức tổ chức kỷ luật, tinh thần đoàn kết, hợp tác, lòng yêu nghề, tính tự chủ, sáng tạo và tinh thần trách nhiệm cao đáp ứng tiêu chuẩn nghề nghiệp.	2.3b

5. Chuẩn đầu ra của học phần:

CĐR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CĐR CTĐT
	Kiến thức		
CO1	Làm rõ các khái niệm liên quan đến môn bóng chuyền. Phân biệt khái quát luật thi đấu bóng chuyền.	4.1	2.1.1
	Kỹ năng		
CO2	Thực hiện được kỹ thuật cơ bản không bóng và có bóng.	4.2	2.2.1
CO3	Mô phỏng được kỹ - chiến thuật cơ bản môn bóng chuyền đồng thời biết phân loại kỹ thuật và thể hiện kỹ chiến thuật môn bóng chuyền.	4.2	2.2.2
	Thái độ/Mức độ tự chủ và trách nhiệm		
CO4	Thể hiện thái độ nghiêm túc, cầu tiến trong quá trình học tập để nắm vững kiến thức về môn học. Có ý thức tổ chức kỷ luật, tinh thần đoàn kết, hợp tác, lòng yêu nghề, tính tự chủ,	4.3	2.3

CĐR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CĐR CTĐT
	sáng tạo và tinh thần trách nhiệm cao đáp ứng tiêu chuẩn nghề nghiệp.		

6. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

Nội dung học phần nhằm trang bị cho người học các kỹ thuật cơ bản môn bóng chuyền như: Luật bóng chuyền, các kỹ thuật chuyền bóng cao tay cơ bản trước mặt, kỹ thuật chuyền bóng thấp tay. Hình thành khả năng nhận biết được nguyên lý kỹ thuật cơ bản về chuyền bóng, phát bóng, đập bóng, chắn bóng đồng thời khái quát hóa được về luật thi đấu môn bóng chuyền. Bên cạnh đó, thực hiện thao tác thuần thục các kỹ thuật cơ sở và cơ bản như chuyền bóng thấp tay, chuyền bóng cao tay, nhất là các hình thức di chuyển trong môn bóng chuyền. Thông qua rèn luyện các kỹ năng hình thành cho người học những phẩm chất: kiên trì, vượt khó, có lòng yêu thương giúp đỡ và hợp tác với nhau.

7. Cấu trúc nội dung học phần:

7.1. Lý thuyết

7.2. Thực hành

TT	Nội dung	Số tiết	CĐR HP
Bài 1.	Ôn tập kỹ thuật chuyền bóng Ôn tập kỹ thuật đệm bóng Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 2.	Ôn tập kỹ thuật phát bóng Một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2. Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 3.	Ôn tập một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2 Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1 Một số bài tập phát bóng theo yêu cầu Giới thiệu sơ lược môn bóng chuyền bãi biển Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 4.	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1 Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1, chuyền 2 Bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Giới thiệu sơ lược luật môn bóng chuyền bãi biển Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 5.	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1, chuyền 2 Một số bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1 Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Giới thiệu sơ lược môn bóng chuyền hơi Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 6.	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1 Một số bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1, chuyền 2 Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới	2	CO1; CO2; CO3; CO4

TT	Nội dung	Số tiết	CĐR HP
	Giới thiệu sơ lược luật môn bóng chuyền hơi Bài tập thể lực		
Bài 7.	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1, chuyền 2 Giới thiệu kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập bổ trợ hình tay đánh bóng, tiếp xúc bóng. Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Luật bóng chuyền giới thiệu lỗi tấn công Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 8.	Ôn tập kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập về kỹ thuật đập bóng cơ bản Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Luật bóng chuyền giới thiệu lỗi chắn bóng Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 9.	Ôn tập một số bài tập bổ trợ kỹ thuật đập bóng cơ bản Kiểm tra giữa kỳ	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 10.	Ôn tập một số bài tập bổ trợ hình tay đánh bóng, tiếp xúc bóng Một số bài tập bổ trợ chạy đà, bật nhảy đập bóng. Một số bài tập phối hợp chuyền 2, đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 11.	Ôn tập bài tập bổ trợ chạy đà, bật nhảy đập bóng Một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2, đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 12.	Ôn tập bài tập bổ trợ đập bóng cơ bản Hoàn thiện kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay, chuyền 1, chuyền 2, đập bóng. Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 13.	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay, chuyền 1, chuyền 2, đập bóng Một số bài tập bổ trợ phối hợp đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài 14.	Một số bài tập phối hợp đập bóng cơ bản Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	2	CO1; CO2; CO3; CO4
Bài	Tổ chức thi đấu Giới thiệu và ôn tập nội dung thi kết thúc	2	CO1; CO2; CO3; CO4

TT	Nội dung	Số tiết	CĐR HP
15.	Bài tập thể lực		

8. Phương pháp giảng dạy:

Phương pháp giảng dạy được áp dụng: phương pháp phân tích tổng hợp, phương pháp thị phạm, phương pháp lập lại, phương pháp nâng cao dần lượng vận động, phương pháp xem băng ghi hình …

9. Nhiệm vụ của sinh viên:

Sinh viên phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Tham gia đầy đủ 100% giờ thực hành/thí nghiệm/thực tập và có báo cáo kết quả.
- Thực hiện đầy đủ các bài tập nhóm/bài tập và được đánh giá kết quả thực hiện.
- Tham dự kiểm tra giữa học kỳ.
- Tham dự thi kết thúc học phần.

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	Tham gia đầy đủ 100% giờ	0	CO4
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ	Thi thực hành: - Đỡ bóng thấp tay từ số 5-3 (chuyền 1) - Chuyền bóng cao tay biên số 4 (chuyền 2)	30%	CO1; CO2;
3	Điểm thi kết thúc học phần	Thi thực hành - Đỡ bóng thấp tay từ số 5-3 (chuyền 1) - Chuyền bóng cao tay biên số 4 (chuyền 2) - Phát bóng - Bắt buộc dự thi	70%	CO1; CO2; CO3;

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] Lê Quang Anh 2009, Bài giảng bóng chuyền.	MOL.053309 MON.031152
[2] Luật bóng chuyền và luật bóng chuyền bãi biển / Phan Hồng Minh ... [et al.] (biên soạn).- Hà Nội: Thể thao và Du lịch, 2018.- 231 tr.; 19 cm - Sách photo.- 796.32502022/ L504	MON.064746
[3] Đinh Lâm, Nguyễn Bính, 1997, Huấn luyện bóng chuyền, Nxb Thể dục Thể thao.	MOL.022709; MOL.022710

12. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
1	Ôn tập kỹ thuật chuyền bóng Ôn tập kỹ thuật đệm bóng Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
2	Ôn tập kỹ thuật phát bóng Một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2. Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
3	Ôn tập một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2 Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1 Một số bài tập phát bóng theo yêu cầu Giới thiệu sơ lược môn bóng chuyền bãi biển Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
4	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1 Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1, chuyền 2 Bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Giới thiệu sơ lược luật môn bóng chuyền bãi biển Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
5	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay chuyền 1, chuyền 2 Một số bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1 Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Giới thiệu sơ lược môn bóng chuyền hơi Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
6	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1 Một số bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1, chuyền 2 Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Giới thiệu sơ lược luật môn	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
	bóng chuyền hơi Bài tập thể lực			
7	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng cao tay chuyền 1, chuyền 2 Giới thiệu kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập bổ trợ hình tay đánh bóng, tiếp xúc bóng. Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Luật bóng chuyền giới thiệu lỗi tấn công Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3 2,3 tr22-172
8	Ôn tập kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập về kỹ thuật đập bóng cơ bản Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Luật bóng chuyền giới thiệu lỗi chắn bóng Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
9	Ôn tập một số bài tập bổ trợ kỹ thuật đập bóng cơ bản Kiểm tra giữa kỳ	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
10	Ôn tập một số bài tập bổ trợ hình tay đánh bóng, tiếp xúc bóng Một số bài tập bổ trợ chạy đà, bật nhảy đập bóng. Một số bài tập phối hợp chuyền 2, đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
11	Ôn tập bài tập bổ trợ chạy đà, bật nhảy đập bóng Một số bài tập phối hợp chuyền 1, chuyền 2, đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [2]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
12	Ôn tập bài tập bổ trợ đập bóng	0	1	-Nghiên cứu trước:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
	cơ bản Hoàn thiện kỹ thuật đập bóng cơ bản Một số bài tập phối hợp phát bóng thấp tay, chuyền 1, chuyền 2, đập bóng. Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực			+ [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
13	Ôn tập bài tập phối hợp phát bóng thấp tay, chuyền 1, chuyền 2, đập bóng Một số bài tập bổ trợ phối hợp đập bóng Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [3]: Chương 1,2,3
14	Một số bài tập phối hợp đập bóng cơ bản Ôn tập bài tập phát bóng vào ô bên kia lưới Tổ chức thi đấu Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3
15	Tổ chức thi đấu Giới thiệu và ôn tập nội dung thi kết thúc Bài tập thể lực	0	1	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3

Cần Thơ, ngày 31 tháng 12 năm 2022

TL. HIỆU TRƯỞNG
TRƯỞNG KHOA GDTC

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

Nguyễn Văn Hòa

TRƯỞNG BỘ MÔN

Đặng Thị Kim Quyên