

### ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

**1. Tên học phần:** Lý luận và phương pháp thể dục thể thao trường phổ thông (Sports theory and method in high school)

- Mã số học phần : TC199
- Số tín chỉ học phần: 3 tín chỉ
- Số tiết học phần: 45 tiết lý thuyết và 90 giờ tự học.

**2. Đơn vị phụ trách học phần:**

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

**3. Điều kiện tiên quyết:** Không

**4. Mục tiêu của học phần:**

Mục tiêu	Nội dung mục tiêu	CDR CTĐT
4.1	Trang bị cho sinh viên nắm vững kiến thức về các khái niệm liên quan đến giáo dục thể chất và thể dục thể thao và phương pháp, phương tiện, nguyên tắc trong công tác giáo dục thể chất.	2.1.2.a
4.2	Sinh viên hiểu biết, vận dụng các kiến thức về nghiệp vụ sư phạm xây dựng chương trình, lập kế hoạch giảng dạy, soạn giáo án, phương pháp tổ chức giờ học thể dục thể thao.	2.1.2.b
4.3	Sinh viên vận dụng, phân tích các kiến thức về giáo dục các tố chất thể lực phát triển thể chất cho học sinh ở trường phổ thông.	2.1.2.a
4.4	Sinh viên tổng hợp vận dụng các kiến thức về phương pháp lập kế hoạch và tổ chức huấn luyện phong trào thể dục thể thao ở trường phổ thông.	2.1.2.b

**5. Chuẩn đầu ra của học phần:**

CDR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CDR CTĐT
	<b>Kiến thức</b>		
CO1	Hệ thống các khái niệm cơ bản về thể dục thể thao; Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất như một khoa học.	4.1	2.1.2.a
CO2	Mục đích, nhiệm vụ và các nguyên tắc chung của hệ thống giáo dục thể chất; Phương tiện và phương pháp giáo dục thể chất.	4.1	2.1.2.b
	<b>Kỹ năng</b>		

CDR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CDR CTĐT
CO3	Thành tạo các nguyên tắc về phương pháp giáo dục thể chất trong Giảng dạy động tác và giáo dục các tổ chất thể lực, giờ học thể dục thể thao là hình thức cơ bản của giáo dục thể chất trong nhà trường	4.2	2.2.1.b
CO4	Giáo dục thể chất - Huấn luyện thể dục thể thao nghiệp dư trường học cho học sinh phổ thông.	4.3	2.2.2.b
	<b>Thái độ/Mức độ tự chủ và trách nhiệm</b>		
CO5	Thể hiện sự nghiêm túc thực hiện các quy định, quy chế của Nhà trường và của giảng viên trực tiếp giảng dạy, để học tập và tập luyện tốt môn học.	4.4	2.3.b

## 6. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

-Những kiến thức chung nhất về lý luận và phương pháp thể dục thể thao, bản chất của thể dục thể thao như một hiện tượng xã hội. Mục đích của nền thể dục thể thao nước ta, những nhiệm vụ và nguyên tắc chung nhất của thể dục thể thao.

-Những kiến thức sự phạm thể dục thể thao như các phương pháp, phương tiện, các nguyên tắc sự phạm của lý luận và phương pháp giáo dục thể chất, giảng dạy động tác, giáo dục các tổ chất thể lực, giờ học thể dục thể thao là hình thức cơ bản của giáo dục thể chất trong trường phổ thông..

-Nội dung môn học được tổ chức giảng dạy chủ yếu theo hình thức bài giảng. Hình thức thảo luận nhóm, bài tập lớn được áp dụng để củng cố kiến thức và rèn luyện kỹ năng.

Nội dung môn học là nền tảng để sinh viên bước vào học phần Thực tập sự phạm theo kế hoạch học tập sẽ nâng cao một bước chất lượng rèn luyện kỹ năng sự phạm và kỹ năng công tác nói chung.

## 7. Cấu trúc nội dung học phần:

### Lý thuyết: 45 tiết

	Nội dung	Số tiết	CDR HP
<b>Chương 1</b>	Hệ thống các khái niệm cơ bản về thể dục thể thao	3	CO1
1.1.	Khái niệm thể dục thể thao.		
1.2.	Các khái niệm có liên quan với thể dục thể thao.		
1.3.	Tính lịch sử và tính giai cấp của thể dục thể thao		
<b>Chương 2</b>	Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất như một khoa học	5	CO1
2.1.	Xu thế hình thành lý luận chung trong hệ thống hiểu biết các khoa học về thể dục thể thao.		
2.2.	Lý luận và phương pháp là một khoa học, mối liên hệ lý luận và phương pháp thể dục thể thao với một số khoa học lân cận khác.		
2.3.	Các nghiên cứu của lý luận và phương pháp thể dục thể thao		



	<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>CDR HP</b>
<b>Chương 3</b>	Mục đích, nhiệm vụ và các nguyên tắc chung của hệ thống giáo dục thể chất	3	CO2
3.1.	Mục đích và nhiệm của nền thể dục thể thao nước ta		
3.2.	Các nguyên tắc chung của thể dục thể thao		
<b>Chương 4</b>	Phương tiện và phương pháp giáo dục thể chất	3	CO1
4.1.	Phương tiện giáo dục thể chất.		
4.2.	Các phương pháp giáo dục thể chất		
<b>Chương 5</b>	Các nguyên tắc về phương pháp giáo dục thể chất	6	CO1
5.1.	Nguyên tắc tự giác tích cực		
5.2.	Nguyên tắc trực quan		
5.3.	Nguyên tắc thích hợp và cá biệt hóa		
5.4.	Nguyên tắc hệ thống		
5.5.	Nguyên tắc tăng tiến		
<b>Chương 6</b>	Giảng dạy động tác	5	CO3,CO5
6.1.	Nhiệm vụ và đặc điểm của giảng dạy động tác.		
6.2.	Quá trình giảng dạy động tác		
<b>Chương 7</b>	Giáo dục các tố chất thể lực	6	CO5,CO5
7.1.	Giáo dục tố chất sức mạnh		
7.2.	Giáo dục tố chất sức nhanh		
7.3.	Giáo dục tố chất sức bền		
7.4.	Giáo dục tố chất mềm dẻo		
<b>Chương 8</b>	Giờ học thể dục thể thao là hình thức cơ bản của giáo dục thể chất trong nhà trường	5	CO4,CO5
8.1.	Cơ sở xây dựng - cấu trúc của giờ học thể thao		
8.2.	Phương pháp điều chỉnh lượng vận động, mật độ buổi tập và lượng vận động buổi tập		
8.3.	Phương pháp tổ chức người tập		
8.4.	Kế hoạch giảng dạy		
<b>Chương 9</b>	Giáo dục thể chất cho học sinh phổ thông	3	CO4,CO5
9.1.	Giáo dục thể chất cho trẻ em tuổi mẫu giáo		
9.2.	Cơ sở lý luận giáo dục thể chất cho học sinh phổ thông		
<b>Chương 10</b>	Huấn luyện thể dục thể thao nghiệp dư trường học	6	CO4,CO5
10.1.	Đặc điểm, nhiệm vụ huấn luyện thể thao nghiệp dư		
10.2.	Tổ chức huấn luyện thể dục thể thao nghiệp dư		
10.3.	Nguyên tắc huấn luyện TDTT nghiệp dư trường học		
10.4.	Nội dung huấn luyện thể dục thể thao nghiệp dư		
10.5.	Phương pháp huấn luyện TDTT nghiệp dư trường học		
10.6.	Kế hoạch huấn luyện TDTT nghiệp dư trường học		
10.7.	Kiểm tra đánh giá trình độ thể lực		

### 8. Phương pháp giảng dạy:



- Các phương pháp thuyết trình, phương pháp nhóm
- Phương pháp gợi mở - vấn đáp.
- Phương pháp dạy học đặt và giải quyết vấn đề.
- Phương pháp dạy học tình huống.

### 9. Nhiệm vụ của sinh viên:

Sinh viên phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Tham dự tối thiểu 80% số tiết học lý thuyết theo quy chế
- Thực hiện đầy đủ các bài tập.
- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.
- 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:

T T	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	CDR HP
1	Điểm chuyên cần	Số tiết tham dự học/tổng số tiết	10%	CO5
3	Điểm giữa kỳ	Thuyết trình nhóm	30%	CO2,CO4
4	Điểm thi kết thúc	Viết/ Trắc nghiệm	60%	CO1, CO2, CO3,CO4,CO5

#### 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]	Trần Thị Xoan, Giáo trình giảng dạy lý luận và phương pháp thể dục thể thao Đại học Cần Thơ, 2010, 796.071/ X406	MOL.056864
[2]	<b>Nguyễn Văn Thái</b> , Giáo trình lý luận và phương pháp thể dục thể thao trường học Đại học Cần Thơ, 2010, 796.071/ Th103	MOL.056899 MON.038704 DIG.001800
[3]	Giáo trình lý luận và phương pháp thể dục thể thao : Dành cho sinh viên Đại học Thể dục thể thao/ Phan Thảo Nguyên, Phan, Thị Miên - Hà Nội: Thể dục Thể thao, 2009, 239 tr., 21 cm, 796.0711 / Ng527	GDTC.000201, MOL.092734, MOL.092735, MON.066522
[4]	Lý luận và phương pháp thể dục thể thao : Sách giáo khoa dùng cho sinh viên các trường đại học thể dục thể thao / Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (chủ biên).- Hà Nội: Thể dục thể thao, 2000.- 545 tr.; 21 cm - Sách photo.- 796.0711/ T406	MON.064740

### 12. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Bài	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
-----	----------	------------------	------------------	------------------------

1	<b>Chương 1.</b> Hệ thống các khái niệm cơ bản về thể dục thể thao	6	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 1 đến trang 24 + Tài liệu [2] [3][4]
2	<b>Chương 2.</b> Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất như một khoa học	10	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 25 đến trang 38 + Tài liệu [2] [3][4]
3	<b>Chương 3.</b> Mục đích, nhiệm vụ và các nguyên tắc chung của hệ thống giáo dục thể chất	6	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 39 đến trang 44 + Tài liệu [2] [3][4]
4	<b>Chương 4.</b> Phương tiện và phương pháp giáo dục thể chất	6	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 45 đến trang 60 + Tài liệu [2] [3][4]
5	<b>Chương 5.</b> Các nguyên tắc về phương pháp giáo dục thể chất	12	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 75 đến trang 81 + Tài liệu [2] [3][4]
6	<b>Chương 6.</b> Giảng dạy động tác	10	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 101 đến trang 108 + Tài liệu [2] [3][4]
7	<b>Chương 7.</b> Giáo dục các tố chất thể lực	12	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 109 đến trang 126 + Tài liệu [2][2] [3][4]
8	<b>Chương 8.</b> Giờ học thể dục thể thao là hình thức cơ bản của giáo dục thể chất trong nhà trường	10	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 109 đến trang 126 + Tài liệu [2][2] [3][4]
9	<b>Chương 9.</b> Giáo dục thể chất cho học sinh phổ thông	6	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 109 đến trang 126 + Tài liệu [2][2] [3][4]
10	<b>Chương 10.</b> Huấn luyện thể dục thể thao nghiệp dư trường học	12	0	- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], từ trang 109 đến trang 126 + Tài liệu [2][2] [3][4]

TL. HIỆU TRƯỞNG  
TRƯỞNG KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT



Nguyễn Văn Hòa

Cần Thơ, ngày 19 tháng 9 năm 2024  
TRƯỞNG BỘ MÔN TTCN

  
Châu Hoàng Cầu



