



ở Việt Nam. Tính chất và tác dụng của môn bóng chuyền. 4.1.3.

## **Chương 2. Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong bóng chuyền**

2.1. Kỹ thuật chuyền bóng cao tay	1	4.2.2; 4.2.3
2.2. Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay	1	4.2.2; 4.2.3
2.3. Kỹ thuật phát bóng	1	4.2.2; 4.2.3
2.4. Kỹ thuật đập bóng	1	4.2.2; 4.2.3
2.5. Kỹ thuật chắn bóng	1	4.2.2; 4.2.3

## **Chương 3. Chiến thuật – đội hình thi đấu**

3.1. Chiến thuật tấn công	1	4.2.2; 4.2.3
3.2. Chiến thuật phòng thủ	1	4.2.2; 4.2.3

## **Chương 4. Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu**

4.1. Phương pháp giảng dạy	1	4.1.3
4.2. Phương pháp trọng tài	1	4.1.3

## **Chương 5. Luật bóng chuyền**

5.1. Một số điều luật cơ bản trong thi đấu	4	4.1.3
--	---	-------

## **6.2. Thực hành**

<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Mục tiêu</b>
<b>Bài 1. Di chuyển không bóng</b>		
1.1. Xuất phát nhanh, dừng nhanh, trượt ngang, tiến lùi, chạy nghiêng, chạy đổi hướng, quay người, di chuyển ngang, bước nhảy, bước xoay, bước chéo...	2	4.1.2; 4.2.3; 4.3.3
<b>Bài 2. Kỹ thuật chuyền bóng cao tay</b>		
2.1. Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt	2	4.2.1; 4.3.1
2.2. Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay sau đầu	2	4.2.1, 4.3.1
<b>Bài 3. Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay (đệm bóng)</b>		
3.1. Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay (đệm bóng)	4	4.2.1; 4.3.1
<b>Bài 4. Kỹ thuật phát bóng</b>		4.2.1; 4.3.1
4.1. Kỹ thuật phát bóng thấp tay	2	4.2.1; 4.3.1
4.2. Kỹ thuật phát bóng cao tay	2	4.2.1; 4.3.1
<b>Bài 5. Kỹ thuật đập bóng</b>		
5.1. Kỹ thuật đập bóng biên số 4 và số 2	4	4.2.1; 4.3.1
5.2. Kỹ thuật đập bóng vị trí số 3 trước mặt và sau đầu	4	4.2.1; 4.3.1
<b>Bài 6. Kỹ thuật chắn bóng</b>		
6.1. Chắn bóng cá nhân	2	4.2.1; 4.3.1
Chắn bóng tập thể	2	4.2.1; 4.3.1

## **Bài 7. Bài tập phối hợp**

7.1.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 5, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công biên số 4	4	4.2.1; 4.3.1
7.2.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 1, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công biên số 4	4	4.2.1; 4.3.1
7.3.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 5, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công biên số 2	4	4.2.1; 4.3.1
7.4.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 1, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công biên số 2	4	4.2.1; 4.3.1
7.5.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 5, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công số 3	4	4.2.1; 4.3.1
7.6.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 1, chuyên 1, chuyên 2 và tấn công số 3	4	4.2.1; 4.3.1

## **Bài 8. Đội hình chiến thuật thi đấu**

8.1.	Đội hình 3-3, 2-6 và 1-5	2	4.2.2; 4.2.3
------	--------------------------	---	--------------

## **Bài 9. Thi đấu, trọng tài**

9.1.	Thi đấu ứng dụng, tập làm trọng tài và ghi biên bản	4	4.2.2; 4.2.3
------	---	---	--------------

## **Bài 10. Thể lực**

10.1.	Bài tập phát triển thể lực chung	2	4.2.1; 4.2.3
10.2.	Bài tập phát triển thể lực chuyên môn	2	4.2.1; 4.2.3

## **7. Phương pháp giảng dạy:**

- Lý thuyết: Diễn giải, trực quan...
- Thực hành: Thị phạm, diễn giải, trực quan, lặp lại, quay vòng, chia nhóm...

## **8. 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.
- 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.
- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.

## **9. Đánh giá kết quả học tập của sinh viên:**

### **9.1. Cách đánh giá**

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

<b>TT</b>	<b>Điểm thành phần</b>	<b>Quy định</b>	<b>Trọng số</b>	<b>Mục tiêu</b>
1	Điểm chuyên cần	Số tiết tham dự học 100%	10%	4.3
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ	Thi trắc nghiệm.	30%	4.2.1; 4.2.2; 4.2.3.
3	Điểm thi kết thúc học phần	Thi thực hành bắt buộc.	60%	4.1.1; 4.1.2; 4.1.3. 4.2.1; 4.2.2; 4.2.3; 4.3.1

## 9.2. 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.

## 10. Tài liệu học tập:

Thông tin về tài liệu	Số đăng ký cá biệt
[1] LÊ QUANG ANH (2008), Giáo trình bóng chuyền, NXB Trường Đại học Cần Thơ	MOL.053309 MON.031152
[2] LU LIEN KHANG – L.N.XLUPXKI (1994), Bóng chuyền huấn luyện người chuyên hai, NXB TDTT	
[3] ĐINH LÃM – NGUYỄN BÌNH (2000), Huấn luyện bóng chuyền, NXB TDTT	
[4] NGUYỄN HỮU HÙNG (1989), Huấn luyện vận động viên bóng chuyền trẻ, NXB TDTT	MOL.022628 MOL.022629
[5] V.P. PHILIN 1996, Huấn luyện và phương pháp thể thao trẻ, NXB TDTT	
[6] Ngân hàng câu hỏi và đáp án MÔN HỌC BÓNG CHUYỀN (dành cho sinh viên chuyên sâu),(1998), NXB TDTT	
[7] Tổng cục TDTT, (1997), Luật bóng chuyền, NXB TDTT	MOL.022711 MON.115320

## 11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
	<b>LÝ THUYẾT</b>	<b>15</b>		
<b>1</b>	<b>Chương 1: Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng chuyền</b>	2	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ mục 1.1 đến 1.3, Chương 1
<b>1.2</b>	<b>Chương 2: Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong bóng chuyền</b> 2.1 Kỹ thuật chuyền bóng cao tay 2.2. Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay 2.3. Kỹ thuật phát bóng 2.4. Kỹ thuật đập bóng 2.5. Kỹ thuật chắn bóng	5		-Nghiên cứu trước: + Tài liệu [ 1] +Tài liệu [2]: nội dung từ mục 2.1 đến 2.5, Chương 2 +Tra cứu nội dung về .... -Tài liệu [3] -Tài liệu [7]
<b>2</b>	<b>Chương 3: Chiến thuật – đội hình thi đấu</b> 3.1. Chiến thuật tấn công 3.2. Chiến thuật phòng thủ	2	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [2]: nội dung từ mục 4.1 đến 4.2, Chương 4
<b>2</b>	<b>Chương 4: Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu</b> 4.1. Phương pháp giảng dạy	2	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [2] + Tài liệu [6] + Tài liệu [7]

	<b>4.2. Phương pháp trọng tài</b>			+ Tài liệu [8]
<b>3</b>	<b>Chương 4: Luật bóng chuyền</b>	4		-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [8]
	<b>THỰC HÀNH</b>		<b>60</b>	
<b>4</b>	<b>Di chuyển không bóng</b>	0	2	Tài liệu [2], [3], [4], [5].
<b>4</b>	<b>Kỹ thuật chuyền bóng cao tay</b>	0	4	Tài liệu [2], [3], [4], [5].
<b>5</b>	<b>Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay (đệm bóng)</b>	0	4	Tài liệu [2], [3], [4], [5].
<b>6</b>	<b>Kỹ thuật phát bóng</b>	0	4	Tài liệu [2] , [3], [4], [5].
<b>7</b>	<b>Kỹ thuật đập bóng</b>	0	8	Tài liệu [2] , [3], [4], [5].
<b>8</b>	<b>Kỹ thuật chắn bóng</b>	0	4	Tài liệu [2] , [3], [4], [5].
<b>9. 10. 11</b>	<b>Bài tập phối hợp</b>	0	24	Tài liệu [2] , [3], [4], [5].
<b>12</b>	<b>Đội hình chiến thuật thi đấu</b>	0	2	Tài liệu [2] , [3], [4], [5].
<b>13</b>	<b>Thi đấu, trọng tài</b>	0	4	Tài liệu [6], [7], [8]
<b>14</b>	<b>Thế lực</b>	0	4	Tài liệu [2], [3], [4], [5].

Cần Thơ, ngày tháng năm 2014

**TL. HIỆU TRƯỞNG  
TRƯỞNG BỘ MÔN**