

### **ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN**

**1. Tên học phần: PHỐ TU BÓNG CHUYỀN (generalization of volleyball)**

- Mã số học phần: TC202

- Số tín chỉ học phần: 03 tín chỉ

- Số tiết học phần: 15 lý thuyết, 60 tiết thực hành.

**2. Đơn vị phụ trách học phần:** Bộ môn Thể thao Chuyên ngành

**3. Điều kiện tiên quyết:** Không

**4. Mục tiêu của học phần:**

Mục tiêu	Nội dung mục tiêu	CĐR CTDT
4.1	Nắm vững kiến thức về môn Bóng chuyền, phục vụ luyện tập, rèn luyện thể lực hàng ngày, hình thành thói quen luyện tập TDTT thường xuyên, suốt đời.	2.1.3
4.2	Phát triển năng lực chuyên môn và khả năng nghiệp vụ sư phạm đảm bảo được những yêu cầu đổi mới về: mục tiêu, nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức dạy và học, kiểm tra đánh giá kết quả dạy học môn bóng chuyền ở các bậc học.	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	Hình thành ý thức kỷ luật và tác phong công nghiệp, phẩm chất chính trị đạo đức, ý thức và tinh thần trách nhiệm công dân; tôn trọng và chấp hành sự phân công, điều động trong công việc của người quản lý; biết xem xét, tôn trọng và chấp nhận các quan điểm khác biệt	2.3

**5. Chuẩn đầu ra của học phần:**

CĐR HP	Nội dung chuẩn đầu ra	Mục tiêu	CĐR CTDT
	<b>Kiến thức</b>		
CO1	Điển giải được các khái niệm liên quan đến môn bóng chuyền.	4.1	2.1.1
CO2	Hiểu và trình bày các nguyên lý kỹ thuật cơ bản môn Bóng chuyền: Di chuyển, chuyền bóng, phát bóng, đập bóng, chấn bóng...	4.2	2.2.1
CO3	Có khả năng mô tả, khái quát, giải thích và vận dụng được luật bóng chuyền.	4.2	2.2.1

	<b>Kỹ năng</b>		
CO4	Thực hiện thuần thục kỹ thuật cơ bản không bóng và có bóng.	4.2	2.2.1
CO5	Biết phối hợp và chủ động trong tập luyện với nhóm và tự tập luyện ...	4.2	2.2.1
CO6	Biết phân biệt, giải thích và vận dụng được chiến thuật môn bóng chuyền.	4.2	2.2.1
CO7	Biết vận dụng, giải thích, phân tích về luật thi đấu và điều khiển (Trọng tài) một trận thi đấu bóng chuyền theo luật hiện hành.	4.3	2.2.2
	<b>Thái độ/Mức độ tự chủ và trách nhiệm</b>		
CO8	Có trách nhiệm bảo quản dụng cụ, thiết bị tập luyện.	4.4	2.3
CO9	Tác phong nhanh nhẹn, chấp hành tốt qui định giờ học. Biết tôn trọng, giúp đỡ bạn trong quá trình học	4.4	2.3

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

Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng chuyền trên thế giới và ở Việt Nam, tính chất và tác dụng của nó đến người học.

Phân tích các nguyên lý về kỹ thuật chuyền bóng cao tay, chuyền bóng thấp tay, phát bóng, đập bóng, chấn bóng và nguyên lý về chiến thuật tấn công, chiến thuật phòng thủ, đội hình thi đấu.

Phương pháp giảng dạy – huấn luyện, phương pháp tổ chức giải đấu, phương pháp trọng tài, cách tính điểm.

Những điều luật quy định về môn bóng chuyền: kích thước sân bãi, lưới, bóng, ghi điểm, libero, thay người, hỏi ý ... lỗi chạm lưới, lỗi sang sân đối phương, lỗi phát bóng, lỗi sai vị trí... các bài tập hoàn thiện kỹ thuật, thể lực hình thành các kỹ năng, kỹ xảo.

## 7. Cấu trúc nội dung học phần:

### 7.1. Lý thuyết

	<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>CĐR HP</b>
Chương 1.	Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng chuyền	2	CO1
Chương 2.	Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong bóng chuyền	5	CO2; CO3
Chương 3.	Chiến thuật – đội hình thi đấu	2	CO2; CO3
Chương 4.	Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu	2	CO2; CO3; CO7
Chương 5.	Luật bóng chuyền	4	CO2; CO3; CO7

### 7.2. Thực hành

	<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>CĐR HP</b>

Bài 1.	Xuất phát nhanh, dừng nhanh, trượt ngang, tiến lùi, chạy nghiêng, chạy đổi hướng, quay người, di chuyển ngang, bước nhảy, bước xoặt, bước chéo...	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 2.	Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 3.	Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay sau đầu	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 4.	Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay (đệm bóng)	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 5.	Kỹ thuật phát bóng thấp tay	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 6.	Kỹ thuật phát bóng cao tay	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 7.	Kỹ thuật đập bóng biên số 4 và số 2	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 8.	Kỹ thuật đập bóng vị trí số 3	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 9.	Kỹ thuật chắn bóng	2	CO4; CO5; CO8; CO9
Bài 10.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 5, chuyền 1, chuyền 2 và tấn công biên số 4	2	CO6; CO7; CO8; CO9
Bài 11.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 1, chuyền 1, chuyền 2 và tấn công biên số 4	2	CO6; CO7; CO8; CO9
Bài 12.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 5, chuyền 1, chuyền 2 và tấn công biên số 2	2	CO6; CO7; CO8; CO9
Bài 13.	Phối hợp phát bóng vào vị trí số 1, chuyền 1, chuyền 2 và tấn công biên số 2	2	CO6; CO7; CO8; CO9
Bài 14.	Đội hình 3-3, 2-6 và 1-5	2	CO6; CO7; CO8; CO9
Bài 15.	Thi đấu ứng dụng, tập làm trọng tài và ghi biên bản	2	CO6; CO7; CO8; CO9

### 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 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.

### 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	CĐR HP
1	Điểm chuyên cần	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Đi học đầy đủ.</li> <li>- Trong quá trình học không vi phạm nội quy, quy chế của học phần.</li> </ul> <p>Ngoài ra điểm ý thức có thể căn cứ vào tinh thần, thái độ trong học tập, sinh hoạt của sinh viên.</p>	10%	CO8; CO9
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ (thi lý thuyết)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lịch sử và xu hướng, đặc điểm, tính chất và tác dụng, quá trình hình thành và phát triển môn Bóng chuyền.</li> <li>- Khái niệm và phân tích nguyên lý kỹ thuật cơ bản trong bóng chuyền.</li> <li>- Luật thi đấu, phương thức trọng tài và tổ chức thi đấu.</li> </ul>	20%	CO1; CO2; CO3; CO7
3	Điểm thi kết thúc học phần	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chuyền bóng vào ô quy định (20 quả).</li> <li>- Đem bóng vào ô quy định (20 quả).</li> <li>- Phát bóng cao tay trước mặt 4.5m cuối sân 5 quả (điểm).</li> <li>- Đập bóng số 4 toàn sân 5 quả (điểm).</li> </ul>	70%	CO4; CO5; CO6;

## 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 (2008), Giáo trình bóng chuyền, NXB Trường Đại học Cần Thơ	MOL.053309 MON.031152
[2] Trịnh, Hữu Lộc (2014), <u>Giáo trình bóng chuyền</u> NXB Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.	MON.064753
[3] ĐINH LÂM – NGUYỄN BÌNH (2000), Huấn luyện bóng chuyền, NXB TDTT	MON.113500
[4] NGUYỄN HỮU HÙNG (1989), Huấn luyện vận động viên bóng chuyền trẻ, NXB TDTT	MOL.022628 MOL.022629
[5] Tổng cục TDTT, (2014), Luật bóng chuyền <u>và luật bóng chuyền bãi biển</u> , NXB TDTT	MON.064746

## 12. Hướng dẫn sinh viên tự học:

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

Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng chuyền	2	0	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 2,3 tr22-172 + [4]: Chương 2 tr 31-83
Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong bóng chuyền	7	0	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 2,3 tr22-172 + [4]: Chương 2 tr 31-83
Chiến thuật – đội hình thi đấu	2	0	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 2,3 tr22-172 + [4]: Chương 2 tr 31-83
Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu	2	0	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 2,3 tr22-172 + [4]: Chương 2 tr 31-83
Luật bóng chuyền	2	0	-Nghiên cứu trước: + [2]: Chương 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
Xuất phát nhanh, dừng nhanh, trượt ngang, tiến lùi, chạy nghiêng, chạy đổi hướng, quay người, di chuyển ngang, bước nhảy, bước xoặt, bước chéo...	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay sau đầu	0	6	--Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay (đem bóng)	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật phát bóng thấp tay	0	6	--Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật phát bóng cao tay	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật đập bóng biên số 4 và số 2	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật đập bóng vị trí số 3	0	6	-Nghiên cứu trước: + [3]: Chương 1,2,3

			+ [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Kỹ thuật chăn bóng	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172
Thi đấu ứng dụng, tập làm trọng tài và ghi biên bản	0	6	-Nghiên cứu trước: + [1]: Chương 1,2,3 + [3]: Chương 1,2,3 + [4]: Chương 2 tr 31-83 + [5]: Chương 2,3 tr22-172

Cần Thơ, ngày 19 tháng 9 năm 2024

TL. HIỆU TRƯỞNG  
TRƯỜNG KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT



TRƯỞNG BỘ MÔN TTCN

Chau Hoang Cau