

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Tên học phần: Võ cổ truyền

- Mã số học phần : TC224

- Số tín chỉ học phần : 03 tín chỉ

- Số tiết học phần : 15 tiết lý thuyết, 60 tiết thực hành, 165 tiết tự học.

2. Đơn vị phụ trách học phần:

- Khoa/Viện/Trung tâm/Bộ môn: Giáo dục Thể chất

3. Điều kiện tiên quyết: không

4. Mục tiêu của học phần: Trang bị cho sinh viên các nguyên lý, các kỹ thuật động tác, các bài quyền, luật thi đấu và các nội dung cần thiết có liên quan đến môn võ cổ truyền để sinh viên ra trường đủ khả năng giảng dạy, tham gia huấn luyện hoặc làm trọng tài môn võ cổ truyền. Đồng thời giúp sinh viên tăng cường khả năng vận động các chức năng trong cơ thể chống lại các bệnh tật, luyện tập Võ cổ truyền thường xuyên sẽ tăng các chức năng phối hợp động tác, nâng cao các tổ chất thể lực.

4.1. Kiến thức:

4.1.1. Sinh viên hiểu nguồn gốc, lịch sử võ cổ truyền, các nguyên lý kỹ thuật, đặc điểm sinh lý và lứa tuổi vận động của học sinh và sinh viên. Thuật ngữ võ cổ truyền, luật chấm quyền và luật thi đấu đối kháng.

4.1.2. Nắm vững kỹ thuật động tác và có khả năng thực hiện thuần thục bài quyền 1 đến bài quyền số 6 là một trong những kiến thức cần thiết cho sinh viên tốt nghiệp ra trường giảng dạy môn thể dục nói chung và võ cổ truyền nói riêng.

4.2. Kỹ năng:

4.2.1. Kỹ năng cứng: sinh viên có khả năng thực hiện tốt các bài quyền 1 đến 6, có khả năng phân tích, tổng hợp, đánh giá môn học, đồng thời có khả năng thi thăng đẳng (quyền đai nhất đẳng nếu có nhu cầu)...

4.2.2. Kỹ năng mềm: sinh viên khi ra trường có khả năng giảng dạy võ cổ truyền ở các trường Đại học, trung học phổ thông, trung học cơ sở và làm công tác chuyên môn ở các phòng, trung tâm văn hóa TDTT các quận huyện... biết tổ chức các phong trào thể dục thể thao trong và ngoài trường.

4.3. Thái độ:

4.3.1. Sinh viên học môn võ cổ truyền phải 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;

4.3.2. Có đạo đức nghề nghiệp, tinh thần, có ý thức trách nhiệm cao trong công việc, yêu ngành yêu nghề, làm một công dân gương mẫu phục vụ cho công tác đào tạo thế hệ trẻ, giáo dục sức khỏe cho mọi tầng lớp người trong xã hội.

4.3.3. Có tính tự chủ, sáng tạo và tinh thần trách nhiệm cao với công việc được giao, có tinh thần cầu tiến trong việc lĩnh hội kiến thức cơ sở khoa học chuyên ngành cũng như nghiên cứu KH.

5. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

- Nhập môn võ cổ truyền, sinh hoạt các vấn đề cần thiết khi học môn võ cổ truyền, sinh hoạt về quy chế học tập cho sinh viên, các yêu cầu về trang phục, cách tổ chức lớp học và các nghi thức giao tiếp trong buổi học..

- Giảng dạy về nguồn gốc lịch sử môn Võ cổ truyền.

- Các nguyên lý kỹ thuật Võ cổ truyền.
- Thuật ngữ Võ cổ truyền.
- Luật thi đấu quyền và thi đấu đối kháng
- Các kỹ thuật cơ bản và nâng cao của Võ cổ truyền.
- 6 bài quyền trong hệ thống quyền Võ cổ truyền Việt Nam.

6. Cấu trúc nội dung học phần:

6.1. Lý thuyết

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Chương 1.	Quá trình hình thành và phát triển Võ cổ truyền Việt Nam	15	
1.1.	Võ cổ truyền Việt Nam ở thời kỳ sơ khai	3	4.1.1; 4.2; 4.3
1.2.	Võ cổ truyền Việt Nam ở thời kỳ cận đại		
1.3.	Võ cổ truyền Việt Nam ở thời kỳ thời đại		
1.4.	Võ cổ truyền Việt Nam sau 1975 đến nay	3	4.1.1; 4.2; 4.3
1.5.	Các hình thức đặc trưng Võ cổ truyền Việt Nam		
Chương 2.	Hệ thống kỹ thuật cơ bản và quyền thuật Võ cổ truyền	3	4.1.1; 4.2; 4.3
	Thuật ngữ Võ cổ truyền	3	
Chương 3.	Luật thi đấu quyền và thi đấu đối kháng Võ cổ truyền	3	

6.2. Thực hành (60 tiết)

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
1.	Kỹ thuật đỡ thấp, đỡ trung, đỡ cao	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
2	Phối hợp 3 kỹ đỡ, đâm thẳng, đâm vòng, đâm móc, với tấn trung bình, đỉnh tấn (tấn trước)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
3	Ôn các kỹ thuật đỡ đâm, di chuyển với tấn	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
4	Ôn tập và giảng dạy các kỹ thuật đá: Tổng trước (kim tiêu cước); đá tổng ngang (bàn long cước), đá vòng cầu (đảo sơn cước).	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
5	Ôn tập và giảng dạy phối hợp các kỹ thuật đá và đâm + tấn trong thi đấu	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
6	Giảng dạy quyền số 1 (27 động tác)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
7	Ôn quyền 1 và giảng dạy quyền 2 (36 động tác)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
8	Ôn quyền 1, 2. Giảng dạy các kỹ thuật đánh chỗ trong bài 45 động tác	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
9	Giảng dạy quyền số 3 (45 động tác)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
10	Ôn quyền 1, 2, 3; giảng dạy kỹ thuật di chuyển trong thi đấu đối kháng	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
11	Giảng dạy quyền số 4 (Thần đồng quyền)	3	... 4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
12	Ôn quyền 1 - 4	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
13	Thi giữ kỳ (quyền 1- 4)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
14	Giảng dạy quyền số 5 (Ngọc trản quyền)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
15	Ôn quyền 4, 5 và giảng dạy các kỹ thuật liên quan	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1

	đến quyền số 6		
16	Giảng dạy quyền số 6 (Lão Mai quyền)	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
17	Ôn quyền 4, 5, 6 và giảng dạy các kỹ thuật phối hợp tay và chân trong thi đấu đối kháng	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
18	Giảng dạy Kỹ thuật bắt ngã trong thi đấu	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
19	Ôn quyền 4, 5, 6 và giảng dạy các PP kỹ thuật thực hành trọng tài	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
20	Phương pháp tổ chức điều hành giải Võ Cổ truyền	3	4.1.2; 4.2.1; 4.3.1
21	<i>Thi kết thúc môn học bài quyền 3 bắt buộc (quyền bốc thăm bài 4-6) và thi lý thuyết Võ cổ truyền.</i>	2 buổi	4.1.1; 4.1.2; 4.2.1; 4.2.2; 4.3.1; 4.3.2;

7. Phương pháp giảng dạy:

➤ Lý thuyết:

- Phương pháp giảng giải phân tích.
- Phương pháp trực quan.
- Phương pháp gợi mở - vấn đáp.
- Phương pháp dạy học đặt và giải quyết vấn đề.
- Phương pháp dạy học tích cực
- Phương pháp thuyết trình.

➤ Thực hành:

- Phương pháp sử dụng lời nói và phương tiện trực quan.
- Phương pháp tập luyện có định mức chặt chẽ giữa lượng vận động và nghỉ ngơi.
- Phương pháp lặp lại và quảng nghỉ giảm dần.
- Phương pháp lặp lại và quảng nghỉ tăng dần.
- Phương pháp làm mẫu,
- phương pháp thị phạm.
- phương pháp hỗ trợ.
- phương pháp phân tích.
- phương pháp tổ chức thực hiện.
- phương pháp chia nhóm.
- phương pháp sửa sai.
- phương pháp đối xử cá biệt.
- phương pháp kiểm tra đánh giá mức độ thực hiện...

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.
- 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:

TT	Điểm thành phần	Quy định	Trọng số	Mục tiêu
1	Điểm chuyên cần	Số tiết tham dự học/tổng số tiết	10%	4.3
5	Điểm kiểm tra giữa kỳ	- Kiểm tra quyền chỉ định từ bài quyền 1 đến quyền số 7	30%	4.1.2; 4.2.1

3	Điểm thi kết thúc học phần	- Quyền bắt buộc (quyền số 8) - Lý thuyết trắc nghiệm và tự luận (SV Tham dự đủ 80% tiết lý thuyết và 100% giờ thực hành)	60%	4.1.1; 4.1.2; 4.2.1; 4.2.2; 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] Giáo trình giảng dạy kỹ thuật Võ cổ truyền : TS Nguyễn Thành Ngọc, TS Hoa Ngọc Thắng và Cộng sự	ISBN:978-604-73-4033-0
[Tài liệu giảng dạy Võ cổ truyền trong trường học: Liên đoàn Võ cổ truyền Việt Nam	
[3] Luật Võ cổ truyền Việt Nam/ ủy ban Thể dục thể thao. - Hà Nội : TDTT, 2016,	

11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
1	Kỹ thuật đỡ thấp, đỡ trung, đỡ,		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
	Phối hợp 3 kỹ đỡ và đâm trung với tấn		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
2	Ôn các kỹ thuật đỡ đâm với tấn tự nhiên, di chuyển với tấn		6	Nghiên cứu trước: ++Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2] và [3] về kỹ thuật và bài quyền 1 Taekwondo
	Ôn tập và giảng dạy các		6	Nghiên cứu trước:

	kỹ thuật đá: Tổng trước; đá tổng ngang, đá vòng			+Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
3	Ôn tập và giảng dạy phối hợp các kỹ thuật đá + tấn trong thi đấu		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
	Giảng dạy quyền số 1 (27 động tác)		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
4	Ôn quyền 1 và giảng dạy quyền 2 (36 động tác)		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
	Ôn quyền 1, 2. Giảng dạy đỡ trong thi đấu. Đá + tấn + đấm phối hợp.		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
5	Giảng dạy quyền số 3 (45 động tác)		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
	Ôn quyền 1, 2, 3; giảng dạy kỹ thuật trong bài Thần đồng		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
6	Giảng dạy quyền số 4 (Thần Đồng)		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
	Ôn quyền 1 - 4		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [2]:
7	Thi giữ kỳ (quyền 1- 4)		6	+Tra cứu nội dung về [2]
	Giảng dạy quyền số 5 (Ngọc trản quyền)	6	6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 112 đến trang 123. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]

8	Ôn quyền 4, 5 và giảng dạy các kỹ thuật liên quan đến quyền số 6		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 112. chương 2. +Tra cứu nội dung về.... -Các nội dung có liên quan của tài liệu [2]
9	Nguồn gốc hình thành và phát triển của môn võ cổ truyền	6	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung trang 1 đến trang 50, Chương 1
	Giảng dạy quyền số 6 (Lão Mai Quyền)		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 27 đến trang 37. chương 2. Xem lại nội dung: tập luyện và để hoàn thiện các kỹ thuật và bài quyền số 4, 5 đã học ở tuần trước +Tra cứu nội dung về bài Lão mai quyền
10	Hệ thống kỹ thuật cơ bản, quyền thuật Võ cổ truyền và thuật ngữ Võ cổ truyền	6		-Nghiên cứu trước: Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 89. chương 2 -Tra cứu nội dung về.: cơ bản, quyền thuật Võ cổ truyền và thuật ngữ Võ cổ truyền
	Ôn quyền 4, 5, 6 và giảng dạy các kỹ thuật đối kháng		6	Nghiên cứu trước: Tài liệu [1]: nội dung từ trang 224 đến trang 251. Chương3 -Tra cứu nội dung về.: cơ bản, quyền thuật Võ cổ truyền và thuật ngữ Võ cổ truyền
11	Thuật ngữ võ cổ truyền	6		-Nghiên cứu trước: Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 112. chương 2.
	Kỹ thuật phối hợp tay + Chân trong đối kháng võ cổ truyền		6	Nghiên cứu trước: Tài liệu [1]: nội dung từ trang 224 đến trang 251. Chương3 -Tra cứu nội dung về.: cơ bản, quyền thuật Võ cổ truyền và thuật ngữ Võ cổ truyền
12	Ôn quyền 4, 5, 6, và Phương pháp giảng dạy		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung từ trang 285 đến trang 288. chương 7.
	Luật thi đấu quyền và thi đấu đối kháng Võ cổ truyền		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [3]: Luật thi đấu quyền và thi đấu đối kháng Võ cổ truyền
13	Phương pháp và kỹ thuật động tác trọng tài		6	Nghiên cứu trước: +Tài liệu [3]: Luật thi đấu quyền và thi đấu đối kháng Võ cổ truyền
	Ôn Quyền 4-6		6	Nghiên cứu trước: Tài liệu [1]: nội dung từ trang 51 đến trang 112. chương 2. +Tra cứu nội dung về bài số 4-6
14	Thi lý thuyết			
15	Thi thực hành			

Cần Thơ, ngày ... tháng ... năm 2020

TL. HIỆU TRƯỞNG
TRƯỞNG BỘ MÔN