

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Tên học phần: **BÓNG RỔ** (Generalization of basketball)

- Mã số học phần: **TC 316**

- Số tín chỉ học phần: **03** tín chỉ

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

2. Đơn vị phụ trách học phần: **BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT**

3. Điều kiện tiên quyết: **Không**

4. Mục tiêu của học phần:

4.1. Kiến thức:

4.1.1. Giới thiệu cho sinh viên nắm được các kiến thức cơ bản của môn bóng rổ

4.1.2. Xác định được tính chất và tác dụng của môn bóng rổ

4.1.3. Giải thích luật thi đấu bóng rổ và phương pháp tổ chức thi đấu môn bóng rổ

4.2. Kỹ năng:

4.2.1. Kỹ năng cứng: Thực hiện được các kỹ thuật dẫn bóng, chuyền bóng, ném rổ. Chiến thuật tấn công, chiến thuật phòng thủ

4.2.2. Kỹ năng cứng mềm: Vận dụng làm công tác giảng dạy hay huấn luyện ở các trường phổ thông, Cao đẳng, Đại học.

4.3. Thái độ:

4.3.1. Có đạo đức, nếp sống lành mạnh, lòng yêu nghề, tính tự chủ, sáng tạo và tinh thần trách nhiệm cao với công việc được giao.

4.3.2. Có ý thức tổ chức kỷ luật, tinh thần đoàn kết, thái độ thân thiện hợp tác với đồng nghiệp

4.3.3. Tác phong nhanh nhẹn và xử lý tốt tình huống

5. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng rổ 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 bắt bóng, dẫn bóng, chuyền bóng, ném rổ di chuyển các bước lên rổ và nguyên lý về chiến thuật tấn công, chiến thuật phòng thủ.

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

Những điều luật quy định về môn bóng rổ: kích thước sân bãi, vòng rổ, bảng rổ, bóng, ghi điểm, luật 03 giây, 05 giây, 08 giây, 24 giây... lỗi tấn công, lỗi phòng thủ, lỗi cá nhân, lỗi đồng đội... các bài tập hoàn thiện kỹ thuật hình thành các kỹ năng, kỹ xảo.

6. Cấu trúc nội dung học phần:

6.1. Lý thuyết

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Chương 1.	Giới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng rổ		
1.1.	Lịch sử phát triển môn bóng rổ thế giới, Việt Nam. Tính chất và tác dụng của môn bóng rổ.	2	4.1.1; 4.2.1; 4.2.3.
Chương 2.	Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong môn Bóng rổ		
2.1.	Kỹ thuật bắt bóng	1	4.2.1; 4.2.3
2.2.	Kỹ thuật dẫn bóng	1	4.2.1; 4.2.3
2.3.	Kỹ thuật chuyền bóng	1	4.2.1; 4.2.3
2.4.	Kỹ thuật ném rổ	1	4.2.1; 4.2.3
2.5.	Chiến thuật tấn công	1	4.2.1; 4.2.3
2.6.	Chiến thuật phòng thủ	1	4.2.1; 4.2.3
Chương 3.	Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu		

3.1.	Phương pháp giảng dạy	2	4.2.1; 4.2.3
3.2.	Phương pháp trọng tài	2	4.2.1; 4.2.3
Chương 4.	Luật bóng rổ		
4.1.	Một số điều luật cơ bản trong thi đấu	3	4.2.1; 4.2.3
6.2.	Thực hành		
	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Bài 1.	Di chuyển không bóng		
1.1.	Xuất phát nhanh, dừng nhanh, trượt ngang, tiến lùi, chạy nghiêng, chạy đổi hướng, quay người...	2	4.1.2; 4.2.3; 4.3.3
Bài 2.	Kỹ thuật dẫn bóng		
2.1.	Dẫn bóng cao, thấp, trên đường thẳng, di chuyển ngang, dẫn bóng qua cọc ...	4	4.2.1; 4.2.3
2.2.	Dẫn bóng thay đổi hướng, dẫn bóng quay 360 ⁰ , dẫn bóng kết hợp với chuyển bóng.	4	4.2.1; 4.2.3
Bài 3.	Kỹ thuật bắt bóng		
3.1.	Bắt bóng bằng 02 tay trước ngực, trên đầu, bật đất, bật nhảy bắt bóng...	2	4.2.1; 4.2.3
3.2.	Bắt bóng bằng 01 tay trước ngực, trên đầu, bật đất, bật nhảy bắt bóng...	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 4.	Kỹ thuật chuyền bóng		
4.1.	Chuyền bóng tại chỗ và di chuyển bằng 02 tay trước ngực, trên đầu, bật đất, bật nhảy chuyền bóng...	2	4.2.1; 4.2.3
4.2.	Chuyền bóng tại chỗ và di chuyển bằng 01 tay trước ngực, trên đầu, bật đất, bật nhảy chuyền bóng...	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 5.	Kỹ thuật ném rổ		
5.1.	Kỹ thuật ném rổ bằng 02 tay gần, xa, nhiều hướng...	4	4.2.1; 4.2.3
5.2.	Kỹ thuật ném rổ 01 tay trên vai gần, xa, nhiều hướng...	4	4.2.1; 4.2.3
5.3.	Bật ném rổ bằng 02 tay, 01 tay trên vai	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 6.	Kỹ thuật lên rổ		
6.1.	Dẫn bóng 01, 02, 03 bước lên rổ	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 7.	Bài tập qua người		
7.1.	Bái tập qua người bên thuận	2	4.2.1; 4.2.3
7.2.	Bái tập qua người bên nghịch	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 8.	Bài tập phối hợp		
8.1.	Phối hợp chuyền và bắt bóng tại chỗ và di chuyển	2	4.2.1; 4.2.3
8.2.	Phối hợp 03 người dẫn bóng, chuyền bóng và bắt bóng	2	4.2.1; 4.2.3
8.3.	Phối hợp 03 người dẫn bóng, chuyền bóng và bắt bóng và ném rổ	4	4.2.1; 4.2.3
8.4.	Phối hợp dẫn bóng qua người lên rổ bên thuận	2	4.2.1; 4.2.3
8.5.	Phối hợp dẫn bóng qua người lên rổ bên nghịch	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 9.	Đội hình phòng thủ		
9.1.	Đội hình phòng thủ trận địa	2	4.2.1; 4.2.3
9.2.	Đội hình phòng thủ kèm người	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 10.	Đội hình chiến thuật thi đấu		
10.1.	Đội hình tấn công nhanh	2	4.2.1; 4.2.3
10.2.	Đội hình tấn công biên	2	4.2.1; 4.2.3
10.3.	Đội hình tấn công trung lộ	2	4.2.1; 4.2.3
Bài 11	Thi đấu, trọng tài		
11.1.	Tập làm trọng tài thi đấu	4	4.1.2; 4.2.3; 4.3.1
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:

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
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ	- Thi nội dung thực hành: + Dẫn bóng qua cọc, ném rổ	30%	4.2.1; 4.2.2; 4.2.3.
3	Điểm thi kết thúc học phần	- Thi lý thuyết: viết/trắc nghiệm/vấn đáp. - Thi thực hành: + Dẫn bóng qua cọc lên rổ + Ném rổ	20% 40 %	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] Nguyễn Hữu Bằng, (2004), Giáo trình bóng rổ, NXB Đại học SP Hà Nội

MOL.045358

MON.025084

[2] Carrol, Beverl Breton, (2006), Huấn luyện bóng rổ, NXB GTVT, Hà Nội

MOL.053577

MON.032458

[3] Tổng cục TDTT, (2010), Luật bóng rổ, NXB TDTT Hà nội

11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
	LÝ THUYẾT	15		
1	Gới thiệu nguồn gốc và sự phát triển môn bóng rổ	2	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]
1. 2.	Nguyên lý kỹ-chiến thuật trong môn Bóng rổ	6	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], [2], [3]
2. 3.	Phương pháp giảng dạy và tổ chức thi đấu	4	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], [2], [4]
3	Luật bóng rổ	3	0	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1], [2], [4]
	THỰC HÀNH		60	
4.	Di chuyển không bóng	0	2	-Nghiên cứu trước:

				+Tài liệu [1], [2], [3]
4. 5.	Kỹ thuật dẫn bóng	0	8	+Tài liệu [1], [2], [3]
5. 6.	Kỹ thuật bắt bóng	0	4	+Tài liệu [1], [2], [3]
6.	Kỹ thuật chuyền bóng	0	4	+Tài liệu [1], [2], [3]
7.	Kỹ thuật ném rổ	0	10	+Tài liệu [1], [2], [3]
8.	Kỹ thuật lên rổ	0	2	+Tài liệu [1], [2], [3]
9.	Bài tập qua người	0	4	+Tài liệu [1], [2], [3]
10. 11.	Bài tập phối hợp	0	12	+Tài liệu [1], [2], [3]
12.	Đội hình phòng thủ	0	4	+Tài liệu [1], [2], [3]
13.	Đội hình chiến thuật thi đấu	0	6	+Tài liệu [1], [2], [3]; [4]
14.	Thi đấu, trọng tài	0	4	+Tài liệu [4]

Cần Thơ, ngày tháng năm 2014

TL. HIỆU TRƯỞNG
TRƯỞNG BỘ MÔN