

## ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

### 1. Tên học phần: QUẦN VỢT (Tennis)

- Mã số học phần: TC 317

- Số tín chỉ học phần: 03 tín chỉ

- Số tiết học phần: 15 tiết lý thuyết, 60 tiết thực hành và 90 tiết tự học.

### 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:

Người học thực hiện được các kỹ thuật đánh bóng xoáy lên thuận tay, đánh bóng 1 tay xoáy lên trái tay, 2 tay xoáy lên trái, kỹ thuật cắt bóng thuận tay, trái tay, kỹ thuật giao bóng, kỹ thuật đỡ giao bóng, nắm chắc một số điều luật cơ bản trong thi đấu quần vợt.

#### 4.1. Kiến thức:

4.1.1. Một số điều luật cơ bản trong thi đấu quần vợt

4.1.2. Nguyên lý kỹ thuật cơ bản

4.1.3. Kỹ thuật di chuyển

4.1.4. Kỹ thuật đánh bóng

4.1.5. Chiến thuật thi đấu quần vợt

#### 4.2. Kỹ năng:

4.2.1. Kỹ năng cứng người học thực hiện thành thạo các kỹ thuật đánh bóng trong môn quần vợt: Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên (Forehand), kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên (Backhand), kỹ thuật đánh bóng 2 tay xoáy lên (Backhand), kỹ thuật cắt bóng thuận tay (đánh bóng xoáy xuống), kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống), kỹ thuật giao bóng.

4.2.2. Kỹ năng mềm người học có thể vận dụng các kiến thức, kỹ năng đã học để giảng dạy, huấn luyện và tổ chức thi đấu, làm trọng tài môn quần vợt.

#### 4.3. Thái độ:

Thái độ học tập nghiêm túc, cần cù, siêng năng luyện tập để hình thành được các kỹ thuật đánh bóng xoáy lên, xoáy xuống, giao bóng, đỡ giao bóng nâng cao năng lực chuyên môn; ý thức được trách nhiệm học tập sau này để phục vụ, đạo đức trong sáng, tác phong nghề nghiệp chuẩn mực; thể hiện tốt tinh thần trách nhiệm công dân.

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

Lịch sử phát triển môn quần vợt, một số điều luật cơ bản trong thi đấu quần vợt, kỹ thuật di chuyển, kỹ thuật đánh bóng xoáy lên, kỹ thuật đánh bóng xoáy xuống, kỹ thuật giao bóng, chiến thuật đánh đơn, đánh đôi trong thi đấu quần vợt

### 6. Cấu trúc nội dung học phần:

#### 6.1. Lý thuyết

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
<b>Chương 1. Những kiến thức chung</b>		<b>3</b>	
1.1.	Lịch sử phát triển môn quần vợt	1	1.1.
1.2.	Một số điều luật cơ bản trong thi đấu quần vợt	2	1.2
1.2.1	- Luật sân bãi		12.1

1.2.2	- Luật giao bóng		1.2.1
1.2.3	- Luật đánh bóng		1.2.3
1.2.4	- Luật tính điểm		1.2.4
1.2.5	- Hệ thống tính điểm Tie – break		1.2.5
1.2.6	- Luật nghỉ và đổi sân		1.2.6
<b>Chương 2.</b>	<b>Kỹ thuật quần vợt</b>	<b>6</b>	
2.1.	Nguyên lý kỹ thuật cơ bản	2	
2.1.1	- Cấu trúc sinh cơ học của hoạt động đánh bóng		2.1.1
2.1.2	- Điều khiển hoạt động đánh bóng		2.1.2
2.1.3	- Các yếu tố đánh bóng		2.1.3
2.2.	Kỹ thuật di chuyển	2	2.2.
2.2.1	- Tư thế chuẩn bị ban đầu		2.2.1
2.2.2	- Xuất phát		2.2.2
2.2.3	- Di chuyển đến vị trí đánh bóng		2.2.3
2.2.4	- Bước cuối cùng trước khi thực hiện đánh bóng		2.2.4
2.2.5	- Trở về vị trí chuẩn bị		2.2.5
2.3	Kỹ thuật đánh bóng	2	2.3
2.3.1	- Cách cầm vợt		2.3.1
2.3.2	- Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên (Forehand)		2.3.2
2.3.3	- Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên (Backhand)		2.3.3
2.3.4	- Kỹ thuật đánh bóng 2 tay xoáy lên (Backhand)		2.3.4
2.3.5	- Kỹ thuật cắt bóng thuận tay (đánh bóng xoáy xuống)		2.3.5
2.3.6	- Kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống)		2.3.6
2.3.7	- Kỹ thuật giao bóng		2.3.7
2.3.8	- Kỹ thuật đập bóng (Smash)		2.3.8
2.3.9	- Kỹ thuật đánh vo lê (Volley)		2.3.9
<b>Chương 3</b>	<b>Chiến thuật thi đấu quần vợt</b>	<b>6</b>	
3.1	Những cơ sở thực hiện chiến thuật	2	3.1
3.1.1	- Các yếu tố ảnh hưởng đến chiến thuật		3.1.1
3.1.2	- Hành động chiến thuật		3.1.2
3.2	Chiến thuật thi đấu đơn	2	3.2
3.2.1	- Chiến thuật giao bóng		3.2.1
3.2.2	- Chiến thuật đánh bóng dài cuối sân		3.2.2
3.2.3	- Chiến thuật ép bóng dài lên lưới		3.2.3
3.2.4	- Chiến thuật đánh bóng qua đầu đối phương		3.2.4
3.2.5	- Chiến thuật đập bóng		3.2.5
3.3	Chiến thuật thi đấu đôi	2	3.3
3.3.1	- Chiến thuật giao bóng trong thi đấu đôi		3.3.1
3.3.2	- Chiến thuật phối hợp di chuyển trong thi đấu đôi		3.3.2
3.3.3	- Chiến thuật đỡ giao bóng trong thi đấu đôi		3.3.3

**6.2. Thực hành**

	<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Mục tiêu</b>
<b>Bài 1.</b>	<b>Kỹ thuật đánh bóng thuận tay (Forehand)</b>		
1.1.	- Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên (Forehand)	8	2.3.2
1.2.	- Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên (Backhand)	8	2.3.3
1.3.	- Kỹ thuật đánh bóng 2 tay xoáy lên (Backhand)	8	2.3.4
<b>Bài 2.</b>	<b>Kỹ thuật đánh bóng trái tay (Backhand)</b>		
2.1.	- Kỹ thuật cắt bóng thuận tay (đánh bóng xoáy xuống)	8	2.3.5
2.2.	- Kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống)	8	2.3.6
<b>Bài 3</b>	<b>Kỹ thuật giao bóng</b>		
	- Kỹ thuật giao bóng thẳng	6	2.3.7
	- Kỹ thuật giao bóng xoáy ra ngoài	6	2.3.7
<b>Bài 4</b>	<b>Kỹ thuật đập bóng (Smash)</b>	4	2.3.8
<b>Bài 5</b>	<b>Kỹ thuật đánh vo lê (Volley)</b>	4	2.3.9

**7. 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 ...

**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 lý thuyết	Theo quy định	30%	4.3
2	Điểm giữa kỳ	- Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên	20%	4.2.1; 4.2.2; 4.2.3.
3	Điểm thi kết thúc	- Kỹ thuật giao bóng - Kỹ thuật đỡ giao bóng	50%	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] Lâm Việt Anh, (2007), Quần vợt căn bản & nâng cao, Nxb TDTT, Hà nội

[2] Giáo trình quần vợt, (2002), Trường Đại học Thể dục Thể thao I, Nxb TDTT, Hà nội

[3] S PIACENTINI, (1999), Quần vợt, Nxb TDTT, Hà nội

MOL.022663

MON.112650

[4] Tổng cục TDTT, Luật Quần vợt, (2000), Nxb TDTT, Hà nội

MOL.022665

MON.112691

## 11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
1	Lịch sử phát triển môn quần vợt 1.2.1. Luật sân bãi 2.3.2. Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: nội dung mục 1.2.1, 2.3.2, Chương 1 &2
2	1.2.2. Luật giao bóng 2.3.2. Kỹ thuật đánh bóng xoáy lên	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 1.2.2, 2.3.2, Chương 1 &2
3	1.2.3. Luật đánh bóng 1.2.4. Luật tính điểm 2.3.3. Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên (Backhand)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 1.2.3, 1.2.4, 2.3.2, Chương 1 &2
4	1.2.5. Hệ thống tính điểm Tie – break 1.2.6. Luật nghỉ và đổi sân 2.3.3. Kỹ thuật đánh bóng 1 tay xoáy lên (Backhand)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 1.2.5, 1.2.6, 2.3.3, Chương 1 &2
5	2.1.1. Tư thế chuẩn bị ban đầu 2.1.2. Xuất phát 2.3.4. Kỹ thuật đánh bóng 2 tay xoáy lên (Backhand)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 2.1.1, 2.1.2, 2.3.4, Chương 1 &2
6	2.1.3. Các yếu tố đánh bóng 2.2.1. Tư thế chuẩn bị ban đầu 2.3.4. Kỹ thuật đánh bóng 2 tay xoáy lên (Backhand)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 2.1.3, 2.2.1, 2.3.4, Chương 1 &2
7	2.2.2. Xuất phát 2.2.3. Di chuyển đến vị trí đánh bóng	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 2.2.2, 2.2.3,

	2.3.5. Kỹ thuật cắt bóng thuận tay (đánh bóng xoáy xuống)			2.3.5, Chương 1 &2
<b>8</b>	2.2.4. Bước cuối cùng trước khi thực hiện đánh bóng 2.2.5. Trở về vị trí chuẩn bị 2.3.5. Kỹ thuật cắt bóng thuận tay (đánh bóng xoáy xuống)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 2.2.3, 2.2.4, 2.3.5, Chương 1 &2
<b>9</b>	3.1.1. Các yếu tố ảnh hưởng đến chiến thuật 3.1.2. Hành động chiến thuật 2.3.6. Kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.1.1, 3.1.2, 2.3.6, Chương 2 &3
<b>10</b>	3.2.1. Chiến thuật giao bóng 3.2.2. Chiến thuật đánh bóng dài cuối sân 2.3.6. Kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.2.1, 3.2.2, 2.3.6, Chương 2 &3
<b>11</b>	3.2.3. Chiến thuật ép bóng dài lên lưới 3.2.4. Chiến thuật đánh bóng qua đầu đối phương 3.2.5. Chiến thuật đập bóng 2.3.6. Kỹ thuật cắt bóng trái tay (đánh bóng xoáy xuống)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.2.3, 3.2.4, 3.2.5, 2.3.6, Chương 2 &3
<b>12</b>	3.3.1. Chiến thuật giao bóng trong thi đấu đôi 2.3.7. Kỹ thuật giao bóng	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.3.1, 2.3.7, Chương 2 &3
<b>13</b>	3.3.2. Chiến thuật phối hợp di chuyển trong thi đấu đôi 2.3.7. Kỹ thuật giao bóng	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.3.2, 2.3.7, Chương 2 &3
<b>14</b>	3.3.3. Chiến thuật đỡ giao bóng trong thi đấu đôi 2.3.8. Kỹ thuật đập bóng (Smash)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.3.3, 2.3.8, Chương 2 &3
<b>15</b>	3.3.4. Chiến thuật đánh bóng trên lưới trong thi đấu đôi 2.3.9. Kỹ thuật đánh vo lê (Volley)	1	4	-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [1]: mục 3.3.4, 2.3.9, Chương 2 &3

Cần Thơ, ngày tháng năm 2014

**TL. HIỆU TRƯỞNG  
TRƯỞNG BỘ MÔN**