

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Tên học phần: **Phổ tu bóng bàn** (Compusory Table Tennis)

- Mã số học phần : TC368
- Số tín chỉ học phần : 3 tín chỉ
- Số tiết học phần : 15 tiết lý thuyết, 60 tiết thực hành

2. Đơn vị phụ trách học phần:

- Khoa/Viện/Trung tâm/Bộ môn: Bộ môn Giáo Dục Thể Chất

3. Điều kiện tiên quyết: TC 379

4. Mục tiêu của học phần: Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về kỹ thuật môn bóng bàn, biết thực hành kỹ thuật động tác, biết giảng dạy - huấn luyện những kỹ năng, kỹ xảo động tác, biết và vận dụng phương pháp trọng tài, tổ chức thi đấu. Có năng lực tổ chức cho mọi đối tượng tập luyện trong trường học các cấp và làm cán bộ chuyên môn ở các sở TDTT, tỉnh thành ngành và trong hệ thống giáo dục..

4.1. Kiến thức:

- 4.1.1. Tìm hiểu về nguồn gốc và lịch sử phát triển môn bóng bàn trên thế giới và Việt Nam.
- 4.1.2. Nắm chắc lý thuyết và thực hành thuần thục kỹ thuật cơ bản môn bóng bàn
- 4.1.3. Giới thiệu lý thuyết và thực hành chiến thuật cơ bản trong tấn công, phòng thủ, kỹ thuật bóng bàn.
- 4.1.4. Phương pháp giảng dạy và huấn luyện môn Bóng bàn.
- 4.1.5. Phương pháp tổ chức giải, trọng tài và thi đấu môn Bóng bàn.
- 4.1.6. Tìm hiểu về luật thi đấu Bóng bàn.

4.2. Kỹ năng:

- 4.2.1. Sử dụng thành thạo các kỹ thuật cơ bản trong môn Bóng bàn.
- 4.2.2. Là người có khả năng vận dụng chiến thuật trong công tác chỉ đạo môn Bóng bàn.
- 4.2.3. Giảng dạy và huấn luyện môn Bóng bàn ở cấp độ phong trào.
- 4.2.4. Có khả năng tham gia tổ chức quản lý, có năng lực tổ chức thi đấu và trọng tài biết vận dụng kiến thức khoa học vào thực tế công tác.

4.3. Thái độ: để học tốt môn học sinh viên cần thể hiện 4 yêu cầu:

- 4.3.1. Chuyên cần, ý thức tự giác tích cực trong học tập.
- 4.3.2. Không ngừng học hỏi và rèn luyện nâng cao kỹ thuật.
- 4.3.3. Trang bị tư duy chiến thuật trong tập luyện và thi đấu.
- 4.3.4. Sáng tạo áp dụng các phương pháp giảng dạy và huấn luyện thực hành.

5. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

Học phần lý thuyết: Trang bị cho sinh viên những kiến thức về lịch sử môn học, vị trí tác dụng của môn học Bóng bàn trong hệ thống giáo dục thể chất, nguyên lý chung về đánh bóng trong môn Bóng bàn, đồng thời biết cách biên soạn tài liệu môn học, phương pháp giảng dạy môn học, phương pháp huấn luyện, cách thức tổ chức giải bóng bàn, phương pháp trọng tài và luật thi đấu.

Các học phần thực hành: Trang bị cho sinh viên những kỹ thuật cơ bản của môn học, các kỹ thuật nâng cao, chiến thuật, các bài tập phát triển thể lực, phương pháp trọng tài và thi đấu; các biện pháp phòng ngừa và khắc phục những sai sót trong quá trình học tập; các phương pháp tổ chức giảng dạy - huấn luyện môn bóng bàn.

6. Cấu trúc nội dung học phần:

6.1. Lý thuyết

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Chương 1.	Lịch sử và quá trình phát triển môn Bóng bàn	2	4.1.1
	1.1. Nguồn gốc của môn Bóng bàn		4.3.1; 4.3.2
	1.2. Bóng bàn ra đời qua các giai đoạn phát triển		
	1.3. Hiệp hội bóng bàn Thế giới		
	1.4. Quá trình phát triển bóng bàn Việt Nam		
Chương 2.	Nguyên lý chung về đánh bóng	2	4.1.2
	2.1. Các yếu tố kỹ thuật bóng bàn		4.2.1; 4.2.2
	2.2. Các mẫu chốt cơ bản khi đánh bóng		4.3.1; 4.3.2
	2.3. Tính năng của vợt – Cách cầm vợt		4.3.4
Chương 3.	Kỹ thuật Bóng bàn	2	4.1.2; 4.1.3
	3.1. Kỹ thuật di chuyển bước chân		4.2.1; 4.2.2
	3.2. Kỹ thuật giao bóng và đỡ giao bóng		4.2.3; 4.2.4
	3.3. Kỹ thuật tấn công		4.3.1; 4.3.2
	3.4. Kỹ thuật phòng thủ		4.3.3; 4.3.4
Chương 4.	Phương pháp tập luyện cơ bản	2	4.1.2; 4.2.1
	4.1. Bước đầu tập luyện bóng bàn		4.2.3; 4.2.4
	4.2. Luyện tập các đường bóng cơ bản		4.3.1; 4.3.2
	4.3. Tập luyện kết hợp giữa điểm rơi và đường bóng		4.3.3; 4.3.4
Chương 5.	Chiến thuật bóng bàn	2	
	5.1. Khái niệm và phân loại chiến thuật bóng bàn		4.1.3, 4.2.2
	5.2. Các nguyên tắc khi sử dụng chiến thuật		4.2.3; 4.2.4
	5.3. Những yêu cầu khi sử dụng chiến thuật		4.3.1; 4.3.2
	5.4. Chiến thuật chủ yếu của môn Bóng bàn		4.3.3; 4.3.4
Chương 6.	Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài môn Bóng bàn	2	4.1.5; 4.1.6
	6.1. Những vấn đề có tính nguyên tắc khi tổ chức thi đấu		4.2.3; 4.2.4
	6.2. Phương pháp tổ chức thi đấu đồng đội		4.3.1; 4.3.2
			4.1.5; 4.1.6
Chương 7.	Tóm tắt luật thi đấu bóng bàn cơ bản	3	4.3.1; 4.3.2
			4.3.4

6.2. Thực hành

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Bài 1.	Vợt bóng thuận tay với bóng xoáy lên	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 2.	Chặn đẩy trái tay	2	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 3.	Phối hợp Vợt bóng thuận tay với chặn đẩy trái tay với bóng xoáy lên	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
Bài 4.	Gò bóng thuận tay - Gò bóng trái tay	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 5.	Gò bóng phối hợp hai bên	2	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 6.	Giao bóng thuận tay, trái tay (xoáy đơn)	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 7.	Vợt bóng thuận tay (đôi công)	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3;

			4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
Bài 8.	Líp bóng thuận - trái tay	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 9.	Di chuyển tấn công từ 2 điểm đến 1 điểm	2	4.1.2; 4.13
Bài 10.	Di chuyển vụt thuận tay và trái tay	2	4.2.1; 4.2.2
Bài 11.	Gò bóng phối hợp hai bên Gò bóng phối hợp líp bóng	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
Bài 12.	Giật bóng thuận tay	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2
Bài 13.	Gò bóng tấn công với các bài tập quy định Gò bóng tấn công theo tình huống	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
Bài 14.	Giao bóng xoáy hỗn hợp	4	4.1.2; 4.2.1; 4.2.3; 4.3.1; 4.3.2;
Bài 15.	Bồi dưỡng phương pháp tổ chức tập luyện Phương pháp trọng tài	4	4.1.5; 4.1.6; 4.2.4; 4.3.1; 4.3.2; 4.3.4
Bài 16.	Bồi dưỡng phương pháp giảng dạy Thi đấu: thi đấu kỹ thuật	4	4.1.5; 4.1.6; 4.2.4; 4.3.1; 4.3.2; 4.3.4
Bài 17.	Thực hành tổ chức một giải bóng bàn	4	4.1.5; 4.2.4; 4.3.1; 4.3.3; 4.3.4

7. Phương pháp giảng dạy:

- Các phương pháp sử dụng lời nói để giảng giải, phân tích, chỉ dẫn, chỉ thị và hiệu lệnh, đánh giá...
- Các Phương pháp trực quan.
- Các Phương pháp tập luyện
- Phương pháp trò chơi và thi đấu
- Phương pháp dạy học đặt và giải quyết vấn đề.
- Phương pháp dạy học tích cực

8. Nhiệm vụ của sinh viên:

Sinh viên phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Tham dự 100% số tiết học.
- Thực hiện đầy đủ các bài tập.
- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.
- Tham dự thi kết thúc học phần.

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 100%	10%	4.3
2	Điểm bài tập	Toàn bộ số bài tập được giao	20%	4.2; 4.3
3	Điểm thi kết thúc học phần	- Thi trắc nghiệm (30 phút) - Thi thực hành (180 phút) - Tham dự đủ 80% tiết học. - Bắt buộc dự thi	70%	4.1; 4.2; 4.3

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] Đặng Kiến Quân, (2003), Bóng bàn căn bản và nâng cao, Nxb TĐTT Hà Nội	MON.019468
[2] Ủy Ban TĐTT trường ĐHTĐTT1, <i>Bóng bàn</i> sách giáo khoa dùng cho sinh viên ĐHTĐTT, NXB TĐTT Hà Nội, 2000	
[3] Tổng cục TĐTT, (2003), Luật thi đấu bóng bàn năm, Nxb TĐTT Hà Nội	MOL.022651 MOL.022652 TQ014102
[4] Nguyễn Danh Thái, (1990), Bóng bàn - sách giáo khoa ĐH NXB - TĐTT - TP Hồ Chí Minh	
[5] Vũ Thành Sơn, (2004), Giáo trình bóng bàn, Nxb ĐHSP Hà Nội	MOL.045262 MON.023477

11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
1	Chương 1:	2	0	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 1 đến trang 7 + Tài liệu [2]; [4]; [5]
1	Chương 2:	2	0	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 8 đến trang 12 + Tài liệu [2]; [4], [5]
2-9	Chương 3:	2	32	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 13 đến trang 24 + Tài liệu [2]; [4]; [5] - Luyện các kỹ thuật cơ bản đã học
10-11	Chương 4:	2	8	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 25 đến trang 26 + Tài liệu [2]; [4]; [5] + Truy cập web: bongban.org.com/kiến thức BB - Luyện tập các kỹ thuật-PP cơ bản đã học
12-13	Chương 5:	2	8	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 27 đến trang 34 + Tài liệu [2]; [4]; [5] + Truy cập web: bongban.org.com/kiến thức BB - Luyện tập các chiến thuật chủ yếu đã học
14	Chương 6:	2	8	- Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 35 đến trang 38

				<ul style="list-style-type: none"> + Tài liệu [2]; [4]; [5] + Truy cập web: bongban.org.com/kiến thức BB - Tổ chức tập luyện
15	Chương 7:	3	4	<ul style="list-style-type: none"> - Nghiên cứu trước: + Tài liệu [1], Từ trang 39 đến trang 44 + Tài liệu [3] Truy cập web: bongban.org.com/kiến thức BB - Tổ chức tập Luyện

Cần Thơ, ngày 04 tháng 04 năm 2014

TL. HIỆU TRƯỞNG
TRƯỞNG BỘ MÔN