



BÓNG CHUYỀN II: Kỹ thuật Tấn công & Phòng thủ (SPECIALITY OF VOLLEYBALL II: Techniques of attack and defence).

- Mã số: **TC 376** Số tín chỉ: 2
- Cấu trúc học phần; Số tiết: **60** (gồm lý thuyết: 00 tiết; thực hành: 60 tiết)

1. Thông tin giảng viên

Tên giảng viên: Giảng viên chính - Thạc sỹ **Lê Quang Anh**

Đơn vị: Tổ môn Bóng - Bộ môn GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Điện thoại: 0913135610 Email: lqanh@ctu.edu.vn

Tên người cùng tham gia giảng dạy:

2. Học phần tiên quyết: Phải học xong học phần Bóng chuyền 1. mã học phần TC 372

3. Nội dung

3.1. Mục tiêu: Chương trình môn học bóng chuyền TC 302 dành cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nhằm trang bị giúp họ củng cố các kỹ thuật cơ bản trong tấn công – phòng thủ và tiếp tục phát triển các tố chất thể lực chung - chuyên môn trong tập luyện và thi đấu ứng dụng.

3.2. Phương pháp giảng dạy:

- Lý thuyết: ...
- Thực hành: Vận dụng các phương pháp chia nhóm, quay vòng, trực quan, thị phạm, diễn giải ...

3.3. Đánh giá môn học:

- Lý thuyết:
- Thực hành: Thực hành = $(a + b + c + d \dots) / 4 \dots$. Sau đó chuyển sang thang điểm chữ.

⇒ **Kết quả học phần:**

(Thực hành) = ≥ 4 là đạt. Thang điểm chữ là D

4. Đề cương chi tiết:

Phân lý thuyết :	00 tiết
1.	
Phân Thực hành kỹ thuật :	60 tiết
<u>1:</u> Chuyên 1 đỡ phát bóng.	4 giờ
<u>2:</u> Chuyên 2 từ số 3 cho số 4 trước mặt và sau đầu.	4 giờ
<u>3:</u> Phát bóng cao tay trước mặt mạnh	4 giờ
<u>4:</u> Đập bóng chính diện theo phương lầy đà vị trí số 2 - 4 .	4 giờ
5: Kỹ thuật chắn bóng cá nhân	4 giờ
<u>6:</u> Chắn bóng (1 người) và phòng thủ hàng sau.	8 giờ
7: Phối hợp Phát bóng - Đỡ chuyền 1 - Đập bóng.	12 giờ
<u>8:</u> Thi đấu ứng dụng các miếng phối hợp đơn giản.	12 giờ
<u>9:</u> Phát triển thể lực chung và chuyên môn.	8 giờ

5. Tài liệu của học phần:

6. Đinh Lâm-Nguyễn Bình (2000), Huấn luyện Bóng chuyền, Nxb TĐTT, Hà Nội.	
7. Bùi Huy Châm (1989), Kỹ thuật Bóng chuyền, Nxb TP.HCM .	
8. Bùi Huy Châm-Hà Mạnh Thư (1989), Chiến thuật bóng chuyền, Nxb TĐTT, Hà Nội	
9. PHURMANOP , Bóng chuyền ở khắp nơi, người dịch: Trương quốc Sử (1984), Nxb TĐTT, Hà Nội.	