

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Tên học phần : Bóng chuyên nâng cao 3 (Profession Volleyball III)

- Mã số học phần : TC391

- Số tín chỉ học phần : 3 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:

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

3. Điều kiện tiên quyết: TC 387

4. Mục tiêu của học phần:

4.1. Kiến thức:

4.1.1. Có khả năng mô tả và giải thích các tổ chất thể lực; nắm vững các đặc trưng, cách đánh giá và phát triển các tổ chất thể lực.

4.1.2. Biết phát hiện, khai thác, lập kế hoạch và vận hành công tác quản lý và chỉ đạo thi đấu môn bóng chuyên.

4.1.3. Biết phối hợp và kết nối các kỹ chiến thuật để ứng dụng trong tập luyện và thi đấu môn bóng chuyên.

4.2. Kỹ năng:

4.2.1. Hoàn thiện các kỹ thuật cơ bản trong tấn công: Chuyên bóng, đập bóng, phát bóng.

4.2.2. Hoàn thiện các kỹ thuật cơ bản trong phòng thủ: Đệm bóng và chắn bóng.

4.2.3. Biết phối hợp và chủ động trong tập luyện với nhóm và tự tập luyện ...

4.2.4. Biết phân tích, tổng hợp, thực hiện kỹ chiến thuật cơ bản môn bóng chuyên đồng thời biết phân loại kỹ thuật và thể hiện kỹ chiến thuật môn bóng chuyên.

4.2.5. Có khả năng điều khiển và điều chỉnh và vận hành về hệ thống kỹ thuật tấn công và kỹ thuật phòng thủ.

4.3. Thái độ:

4.3.1. Có trách nhiệm bảo quản dụng cụ, thiết bị tập luyện.

4.3.2. Giữ vệ sinh sân bãi trước, trong và sau giờ học.

4.3.3. Tác phong nhanh nhẹn, chấp hành tốt qui định giờ học. Biết tôn trọng, giúp đỡ bạn trong quá trình học.

4.3.4. Ý thức tự giác rèn luyện chuyên môn vì ngày mai lập nghiệp.

5. Mô tả tóm tắt nội dung học phần:

Chương trình TC 387 nhằm trang bị cho người học: khả năng đánh giá, thể hiện và hoàn thiện được kỹ thuật tấn công và phòng thủ của môn bóng chuyên đồng thời biết thiết kế, đánh giá và tổ chức phối hợp các loại hình chiến thuật. Bên cạnh đó, biết tính toán, sắp xếp các giai đoạn phát triển được các tổ chất thể lực của bóng chuyên. Ngoài ra, để tạo nền tảng cho việc thực hiện các kỹ chiến thuật người học còn được chú trọng phát triển thể lực chung và chuyên môn một cách phù hợp với trình độ tập luyện. Bên cạnh đó, thông qua rèn luyện các kỹ năng, kỹ xảo và thể lực hình thành cho người học những phẩm chất: kiên trì, vượt khó, có lòng đam mê môn bóng chuyên nói riêng và thể thao nói chung.

6. Cấu trúc nội dung học phần:

6.1. Lý thuyết

Nội dung		Số tiết	Mục tiêu
Phần 1. Huấn luyện thể lực		7	
1.1.	<i>Chuẩn bị các tổ chất thể lực.</i>	2	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
1.2.	<i>Phương pháp giáo dục sức nhanh.</i>	1	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
1.3.	<i>Phương pháp giáo dục sức mạnh.</i>	1	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
1.4.	<i>Phương pháp giáo dục sức bền.</i>	1	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
1.5.	<i>Phát triển tổ chất mềm dẻo, khéo léo.</i>	1	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
1.6.	<i>Huấn luyện thể lực cho VĐV bóng chuyền nữ.</i>	1	4.1.1; 4.3.3; 4.3.4;
Phần 2. Vai trò huấn luyện viên		8	
2.1.	Những phẩm chất của huấn luyện viên	2	
2.2.	Những kỹ năng của huấn luyện viên	2	
2.3.	Quản lý và chỉ đạo thi đấu	4	
-	Chuẩn bị trước trận đấu Công tác thăm dò tìm hiểu đối phương Tìm ra lý do thắng – thua. Kế hoạch cụ thể để khắc phục những sai lầm đó. Chuẩn bị đội hình thi đấu.		4.1.2; 4.2.4; 4.2.5; 4.3.3; 4.3.4
-	Trong thi đấu Thời điểm hội ý và thay người. Giữa các hiệp đấu Trong hiệp quyết thắng.		
-	Sau trận đấu		
6.2. Thực hành			
	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
Bài 1.	Đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và số 2.	6	
Bài 2	Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3	4	
Bài 3	Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2	6	
Bài 4	Chắn bóng và phòng thủ hàng sau.	6	4.1.2; 4.2.1; 4.2.2; 4.2.3;
Bài 5	Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.	6	4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
Bài 6	Yểm hộ trong chắn và đập bóng.	4	
Bài 7	Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn.	6	
Bài 8	Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi.	6	
Bài 9	Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản.	8	4.1.2; 4.2.1;
Bài 10	Phát triển thể lực chung và chuyên môn.	8	4.2.2; 4.2.3; 4.2.4; 4.2.4.3.1; 4.3.2; 4.3.3; 4.3.4
7. Phương pháp giảng dạy:			
- Lý thuyết: theo phương pháp thuyết trình, thảo luận nhóm...			

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

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 trên sân.
- Thực hiện đầy đủ các bài tập nhóm/ bài tập và được đánh giá kết quả thực hiện.
- 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 lý thuyết và thực hành: Tham gia 100% số giờ.	10%	4.3.2; 4.3.4
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ (lý thuyết)	Bắt buộc thi viết/trắc nghiệm/vấn đáp/... (60 phút)	30%	4.1.1; 4.1.2; 4.2.4; 4.2.5
3	Điểm thi kết thúc học phần (Thực hành)	Bắt buộc dự thi đầy đủ các Test kiểm tra.	60%	4.1.1; 4.2.1 đến 4.2.4; ...

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] LÊ QUANG ANH (2008), Giáo trình bóng chuyền, NXB Trường Đại học Cần Thơ	MOL.053309 MON.031152
[2] LU LIEN KHANG – L.N.XLUPXKI (1994), Bóng chuyền huấn luyện người chuyên hai, NXB TĐTT	
[3] ĐINH LÂM – NGUYỄN BÌNH (2000), Huấn luyện bóng chuyền, NXB TĐTT	
[4] NGUYỄN HỮU HÙNG (1989), Huấn luyện vận động viên bóng chuyền trẻ, NXB TĐTT	MOL.022628 MOL.022629
[5] V.P. PHILIN 1996, Huấn luyện và phương pháp thể thao trẻ, NXB TĐTT	
[6] Ngân hàng câu hỏi và đáp án MÔN HỌC BÓNG CHUYỀN (dành cho sinh viên chuyên sâu),(1998), NXB TĐTT	
[7] Tổng cục TĐTT, (1997), Luật bóng chuyền, NXB TĐTT	MOL.022711 MON.115320

11. Hướng dẫn sinh viên tự học:

Tuần	Nội dung	Lý thuyết (tiết)	Thực hành (tiết)	Nhiệm vụ của sinh viên
1	Phần 1: huấn luyện thể lực: 1.1 Chuẩn bị các tổ chức thể lực.			-Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 1.3 đến

	<p>1.2 Phương pháp giáo dục sức nhanh.</p> <p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2.</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>	4	1 1 1 1	<p>1.4, học phần 4 từ trang 8 - 11</p> <p>+ Ôn lại nội dung từ 1.1. đến 1.2 đã học ở học phần 1.</p> <p>+Tra cứu nội dung về kỹ thuật chuyên bóng cao tay từ trang 33 đến trang 42 được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>-Tìm hiểu bài tập chương 1, 2 (từ trang 9 đến trang 24 và 25- 40) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>- Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>- Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
2	<p>1.3 . Phương pháp giáo dục sức mạnh.</p> <p>1.4 Phương pháp giáo dục sức bền.</p> <p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2.</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>	4	1 1 1 1	<p>- Nghiên cứu trước:</p> <p>+Tài liệu [5]: nội dung từ mục 1.5 đến 1.6, phần 1 từ trang 12 - 18</p> <p>+ Ôn lại nội dung từ 1.1. đến 1.2 đã học ở học phần 1.</p> <p>+Tra cứu nội dung về kỹ thuật chuyên bóng thấp tay từ trang 43 đến trang 45 tài liệu [5].</p> <p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 59 đến trang 69 và 77- 85) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>- Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>- Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
3	<p>1.5 Phát triển tố chất mềm dẻo.</p> <p>1.6 Huấn luyện thể lực cho VĐV bóng chuyền nữ.</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2.</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ</p>	2 2	1 1	<p>- Nghiên cứu trước:</p> <p>+Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.1 đến 2.2, phần 2</p> <p>+ Ôn lại nội dung từ 1.1. đến 1.6 đã học ở học phần 1.</p> <p>+Tra cứu nội dung về kỹ thuật phát bóng từ trang 51 đến trang 57 được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70</p>

	<p>các vị trí về số 2.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
4	<p>Phần 2: Vai trò huấn luyện viên</p> <p>-2.1: Những phẩm chất của huấn luyện viên.</p> <p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2.</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn.</p>	4	<p>- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.2 đến 2.3, phần 2 từ trang 19 - 30 +Ôn lại nội dung từ 1.1. đến 1.6 đã học ở học phần 1.</p> <p>1 -Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>1</p>
5	<p>Phần 2: Vai trò huấn luyện viên</p> <p>2.2: Những kỹ năng của huấn luyện viên</p> <p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2.</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau.</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực</p>	4	<p>- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.3, phần 2 từ trang 19 - 30 +Ôn lại nội dung từ 2.1. đã học ở học phần 2</p> <p>1 -Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>1</p>

	chung và chuyên môn			
6	<p>Phần 2 Vai trò huấn luyện viên 2.3: Quản lý và chỉ đạo thi đấu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chuẩn bị trước trận đấu - Trong thi đấu. - Sau thi đấu. <p>Thực hành: Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2 Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2 Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2. Bài 6: Yểm hộ trong chắn và đập bóng.. Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn. Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi... Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn.</p>	4	<p>- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.3, phần 2 từ trang 19 - 30 +Ôn lại nội dung từ 2.1 – 2.2. đã học ở học phần 2</p> <p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>1</p> <p>1</p>	
7	<p>Phần 2: Vai trò huấn luyện viên(tt) 2.3: Quản lý và chỉ đạo thi đấu</p> <p>Thực hành: Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3. Bài 4: Chắn bóng và phòng thủ hàng sau Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2. Bài 6: Yểm hộ trong chắn và đập bóng.. Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn. Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi... Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn.</p>	4	<p>- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.3, phần 2 từ trang 19 - 30 +Ôn lại nội dung từ 2.2. đã học ở học phần 2</p> <p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>1</p> <p>1</p>	
8	<p>Phần 2: Vai trò huấn luyện viên(tt)</p>		<p>- Nghiên cứu trước: +Tài liệu [5]: nội dung từ mục 2.3, phần 2</p>	

	<p>2.3: <i>Quản lý và chỉ đạo thi đấu</i></p> <p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 6: Yếm hộ trong chắn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn.</p> <p>Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi...</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>	4		<p>từ trang 19 - 30</p> <p>+<i>Ôn lại nội dung từ 2.3. đã học ở học phần 2</i></p> <p>1 -Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p> <p>1</p>
9	<p>Thực hành:</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 4: Chắn bóng và phòng thủ hàng sau</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 6: Yếm hộ trong chắn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn.</p> <p>Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi...</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn.</p>			<p>-<i>Nghiên cứu trước:</i></p> <p>+<i>Tài liệu [3]: nội dung từ mục 2.6 đến 2.8, phần 2</i></p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1 -Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1 - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
10	<p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 6: Yếm hộ trong chắn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công</p>			<p>-<i>Nghiên cứu trước:</i></p> <p>+<i>Ôn lại nội dung từ 2.1. đến 2.5 đã học ở học phần 2</i></p> <p>1</p> <p>1 -Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>1 - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>1</p>

	<p>biên sau đỡ chắn. Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi... Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản. Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>1</p> <p>1</p>	<p>- Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
11	<p>Thực hành: Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3. Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2. Bài 6: Yểm hộ trong chắn và đập bóng.. Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn. Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi... Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4] - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1]. - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
12	<p>Thực hành: Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2 Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2 Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2. Bài 6: Yểm hộ trong chắn và đập bóng.. Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chắn. Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi... Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản. Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4] - Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1]. - Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
13	<p>Thực hành: Bài 2: Đập bóng với các</p>			<p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70</p>

	<p>dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 6: Yểm hộ trong chấn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chấn.</p> <p>Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi...</p> <p>Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>- Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>- Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
14	<p>Thực hành:</p> <p>Bài 1: đập bóng nhanh ở vị trí số 3 và 2</p> <p>Bài 3: Đỡ phát bóng từ các vị trí về số 2</p> <p>Bài 5: Bài tập phối hợp: Phát bóng-đệm bóng- chuyển bước hai- đập bóng biến hóa vị trí số 4-3 và 3-2.</p> <p>Bài 6: Yểm hộ trong chấn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chấn.</p> <p>Bài 8: Chiến thuật phòng thủ 6 tiến – 6 lùi...</p> <p>Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản.</p> <p>Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>-Tìm hiểu bài tập chương 3, 4 (từ trang 70 đến trang 76 và 86- 92) được hướng dẫn trong tài liệu [4]</p> <p>- Tìm hiểu và thực hiện phần 1 (từ trang 7-12 và trang 20 – 45; trang 76 – 85; trang 103 – 117; trang 134 – 144) được hướng dẫn trong tài liệu [1].</p> <p>- Tìm đọc và nghiên cứu chương 2 (từ trang 24 – 61) được trình bày trong tài liệu [5].</p>
15	<p>Thực hành:</p> <p>Bài 2: Đập bóng với các dạng biến hóa giữa vị trí 4 - 3 và 2 - 3.</p> <p>Bài 4: Chấn bóng và phòng thủ hàng sau</p> <p>Bài 6: Yểm hộ trong chấn và đập bóng..</p> <p>Bài 7: Ứng dụng tấn công biên sau đỡ chấn.</p> <p>Bài 8: Chiến thuật phòng</p>		<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	

thủ 6 tiền – 6 lùi...			1	
Bài 9: Thi đấu ứng dụng – các miếng phối hợp đơn giản.			1	
Bài 10: Phát triển thể lực chung và chuyên môn				

Cần Thơ, ngày 31 tháng 3 năm 2014

TL. HIỆU TRƯỞNG

TRƯỞNG BỘ MÔN