

## ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

### 1. Tên học phần: Bóng ném (Handball)

- Mã số học phần : TC396
- Số tín chỉ học phần : 2 tín chỉ
- Số tiết học phần : 15 tiết lý thuyết, 30 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: TC396

**4. Mục tiêu của học phần:** Bồi dưỡng cho sinh viên những phẩm chất ý chí đạo đức tốt. Trang bị những kiến thức cơ bản, quan trọng của môn học và năng lực hướng dẫn lại kỹ thuật của môn bóng ném cho các đối tượng học sinh khác cùng với khả năng tổ chức thi đấu và trọng tài bóng ném ở các cơ sở.

#### 4.1. Kiến thức:

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

#### 4.2. Kỹ năng:

- 4.2.1. Sử dụng thành thạo các kỹ thuật cơ bản trong môn bóng ném.
- 4.2.2. Là người có khả năng vận dụng chiến thuật trong công tác chỉ đạo môn Bóng ném.
- 4.2.3. Giảng dạy và huấn luyện môn Bóng ném ở cấp độ phong trào.
- 4.2.4. Có khả năng tham gia tổ chức, trọng tài môn Bóng ném.

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

- 4.3.1. Chuyên cần trong học tập.
- 4.3.2. Không ngừng học hỏi 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:

- Nguồn gốc ra đời và lịch sử phát triển môn Bóng ném.

- Kỹ thuật tấn công trong bóng ném, kỹ thuật phòng thủ trong bóng ném, kỹ thuật thủ môn vận động viên bóng ném.

- Chiến thuật tấn công và phòng thủ cơ bản, chiến thuật tấn công và phòng thủ trận địa, chiến thuật tấn công nhanh và phòng thủ chống tấn công nhanh, chiến thuật tấn công và phòng thủ cố định.

- Yêu cầu chuyên môn cho vận động viên bóng ném, giảng dạy và huấn luyện kỹ - chiến thuật bóng ném, huấn luyện và giảng dạy thể lực trong bóng ném.

- Luật Bóng ném, phương pháp tổ chức và thi đấu bóng ném.

## **6. Cấu trúc nội dung học phần:**

### **6.1. Lý thuyết**

	<b>Nội dung</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Mục tiêu</b>
<b>Chương 1.</b>	<b>Lịch sử hình thành và phát triển môn Bóng ném</b>	<b>2</b>	4.1.1
1.1.	Sự ra đời môn Bóng ném		4.3.1; 4.3.2
1.2.	Bóng ném ở Việt Nam		4.3.3; 4.3.4
<b>Chương 2.</b>	<b>Kỹ thuật Bóng ném</b>	<b>4</b>	4.1.2
2.1.	Kỹ thuật tấn công	...	4.2.1; 4.2.2
2.2.	Kỹ thuật phòng thủ	...	4.3.1; 4.3.2
2.3.	Kỹ thuật thủ môn	...	4.3.3; 4.3.4
<b>Chương 3.</b>	<b>Chiến thuật Bóng ném</b>	<b>4</b>	4.1.3
3.1.	Chiến thuật tấn công		4.2.1; 4.2.2
3.2.	Chiến thuật phòng thủ		4.3.1; 4.3.2
3.3.	Chiến thuật của thủ môn		4.3.3; 4.3.4
<b>Chương 4.</b>	<b>Giảng dạy và huấn luyện Bóng ném</b>	<b>2</b>	4.1.4
4.1.	Một số yêu cầu chuyên môn cho vận động viên Bóng ném		4.2.3; 4.2.4
4.2.	Giảng dạy và huấn luyện kỹ - chiến thuật		4.3.1; 4.3.2
4.3.	Huấn luyện và giảng dạy thể lực		4.3.3; 4.3.4
<b>Chương 5.</b>	<b>Phương pháp tổ chức thi đấu Bóng ném</b>	<b>3</b>	4.1.5
5.1.	Luật bóng ném		4.2.3; 4.2.4
5.2.	Các bước tiến hành tổ chức một giải bóng ném		4.3.1; 4.3.2

5.3. Các hình thức thi đấu Bóng ném

4.3.3; 4.3.4

## 6.2. Thực hành

	Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
<b>Bài 1. Kỹ thuật tấn công</b>		<b>6</b>	4.1.2
1.1.	Di chuyển	1	4.2.1; 4.2.2
1.2.	Cầm bóng	1	4.3.1; 4.3.2
2.2.	Ném cầu môn	1	4.3.3; 4.3.4
2.3.	Chuyền bóng	1	
2.4.	Nhận bóng	1	
2.5.	Dẫn bóng	1	
2.6.	Động tác giả	1	
<b>Bài 2. Kỹ thuật phòng thủ</b>		<b>3</b>	4.1.2
2.1.	Di chuyển	1	4.2.1; 4.2.2
2.2.	Chấn cản bóng	1	4.3.1; 4.3.2
2.3.	Đánh bóng	1	4.3.3; 4.3.4
<b>Bài 3. Kỹ thuật thủ môn</b>		<b>4</b>	4.1.2
3.1.	Tư thế chuẩn bị	1	4.2.1; 4.2.2
3.2.	Di chuyển	1	4.3.1; 4.3.2
3.3.	Bắt bóng	1	4.3.3; 4.3.4
3.4.	Chấn bóng	1	
<b>Bài 4. Chiến thuật tấn công</b>		<b>4</b>	4.1.3
4.1	Chiến thuật tấn công cơ bản	1	4.2.1; 4.2.2
4.2.	Chiến thuật tấn công trận địa	1	4.3.1; 4.3.2
4.3.	Chiến thuật tấn công nhanh	1	4.3.3; 4.3.4
4.4.	Chiến thuật tấn công cố định	1	
<b>Bài 5. Chiến thuật phòng thủ</b>		<b>4</b>	4.1.3
5.1.	Chiến thuật phòng thủ cơ bản	1	4.2.1; 4.2.2

Nội dung	Số tiết	Mục tiêu
5.2. Chiến thuật phòng thủ trận địa	1	4.3.1; 4.3.2
5.3. Chiến thuật phòng thủ chống tấn công nhanh	1	4.3.3; 4.3.4
5.4. Chiến thuật phòng thủ cố định	1	
<b>Bài 6. Chiến thuật của thủ môn</b>	<b>4</b>	4.1.3
6.1. Chọn vị trí	1	4.2.1; 4.2.2
6.2. Động tác giả	1	4.3.1; 4.3.2
6.3. Ném bóng tấn công của thủ môn	1	4.3.3; 4.3.4
6.4. Phối hợp giữa thủ môn và hậu vệ	1	
<b>Bài 7. Giảng dạy và huấn luyện bóng ném</b>	<b>3</b>	4.1.4
Một số yêu cầu chuyên môn cho vận động viên Bóng ném	1	4.2.3; 4.2.4
Giảng dạy và huấn luyện kỹ - chiến thuật	1	4.3.1; 4.3.2
Huấn luyện và giảng dạy thể lực	1	4.3.3; 4.3.4
<b>Bài 8. Phương pháp tổ chức thi đấu bóng ném</b>	<b>2</b>	4.1.5
8.1. Thực hành tổ chức một giải bóng ném	2	4.2.3; 4.2.4

### 7. Phương pháp giảng dạy:

- Phương pháp giảng giải phân tích.
- Phương pháp trực quan.
- Phương pháp đối xử cá biệt.
- Phương pháp trò chơi và thi đấu.
- Phương pháp luyện tập thực hành.
- 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 vấn đáp (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] Nguyễn Thiết Tình, (1993), *Bóng ném*, Nxb TĐTT Hà Nội

[2] Đặng Thị Kim Quyên, (2008), *Bóng ném*, Nxb Trường Đại học Cần Thơ

MOL.053727

MOL.053729

MON.031231

[3] Nguyễn Hùng Quân (2000), *Huấn luyện bóng ném*, Nxb TĐTT Hà Nội

MOL.022633

MOL.075948

[4] Ủy ban TĐTT, *Luật bóng ném (2006)*, Nxb TĐTT Hà Nội

MOL.022632

MON.112658

## 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.

<b>2</b>	<b>Chương 2:</b>	4	13	- Tìm hiểu các kỹ thuật trong bóng ném.
<b>3</b>	<b>Chương 3:</b>	4	12	- Tìm hiểu các loại hình chiến thuật trong môn Bóng ném.
<b>4</b>	<b>Chương 4:</b>	2	3	- Kết hợp lý thuyết và tập giảng .
<b>5</b>	<b>Chương 5:</b>	3	2	- Các yêu cầu cần chuẩn bị cho tổ chức một giải Bóng ném.

Cần Thơ, ngày tháng năm 2014

**TL. HIỆU TRƯỞNG**  
**TRƯỞNG BỘ MÔN**