

## ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

### 1. THÔNG TIN CHUNG

- Tên môn học(Tiếng Việt): *Các môn thể thao tự chọn*
- Tên môn học(Tiếng Anh):
- Mã môn học:
- Thuộc khối kiến thức: *Kiến thức giáo dục đại cương*
- Số tín chỉ: *2*
- Các học phần tiên quyết: *Lý thuyết chung + Thể dục tự do*

### 2. THÔNG TIN GIẢNG VIÊN:

Tập thể giảng viên Bộ môn Giáo dục thể chất

### 3. ĐIỀU KIỆN HỌC TRƯỚC: *Lý thuyết chung + Thể dục tự do*

### 4. MÔ TẢ HỌC PHẦN

Các môn thể thao tự chọn là một trong các nội dung của môn học Giáo dục Thể chất, là một hệ thống các môn học với các bài tập đa dạng được chọn lọc và thể hiện với những phương pháp khoa học nhằm phát triển cơ thể một cách toàn diện, hoàn thiện khả năng vận động, củng cố và nâng cao thể chất cho người tập

Các môn thể thao tự chọn gồm 10 môn: Bóng bàn, Bóng chuyền, Bóng đá, Bóng rổ, Cầu lông, Cờ vua, Bơi lội, Karatedo, Teakwondo và Tennis. Mỗi môn học gồm 2 tín chỉ, sinh viên chọn và hoàn thành 3 trong số 10 môn thể thao tự chọn.

### 5. MỤC TIÊU HỌC PHẦN

Mục tiêu (Gx)	Mô tả mục tiêu	CDR của CTĐT	Trình độ năng lực
[1]	[2]	[3]	[4]
G1	Giới thiệu về lịch sử phát triển, xu hướng, ý nghĩa, tác dụng của từng môn thể thao sinh viên lựa chọn và một số điều luật cơ bản	1.3	3
G2	Thực hành các nguyên tắc, phương pháp tập	1.3	3

	luyện, cách thức tổ chức một buổi tập TDTT hay một giải thi đấu TDTT. Thực hành những kỹ thuật cơ bản và luật thi đấu		
<b>G3</b>	Tuân thủ pháp luật, nguyên tắc đạo đức cá nhân, tiêu chuẩn ứng xử chuyên nghiệp	<b>3.1</b>	<b>2</b>
	Có tinh thần trách nhiệm và hợp tác trong công việc	<b>3.1</b>	<b>2</b>

## 6. CHUẨN ĐẦU RA HỌC PHẦN

Mục tiêu môn học	CĐR (CLO <sub>x.x</sub> )	Mô tả chuẩn đầu ra	Trình độ năng lực
[1]	[2]	[3]	[4]
G1	CLO 1.1	Nắm được lịch sử phát triển, xu hướng, ý nghĩa, tác dụng và một số điều luật cơ bản của môn thể thao sinh viên lựa chọn	<b>3</b>
G2	CLO 2.1	Phát triển các tố chất vận động (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo và năng lực phối hợp vận động).	<b>3</b>
	CLO 2.2	Thực hiện được các kỹ thuật cơ bản trong môn thể thao mà sinh viên lựa chọn	<b>3</b>
G3	CLO3.1	Tuân thủ pháp luật, nguyên tắc đạo đức cá nhân, tiêu chuẩn ứng xử chuyên nghiệp	<b>2</b>
	CLO3.2	Có tinh thần trách nhiệm và hợp tác trong công việc	<b>2</b>

## 7. NỘI DUNG HỌC PHẦN

### Lý thuyết:

- Kỹ thuật tập luyện
- Nguyên tắc và phương pháp tập luyện
- Luật thi đấu đôi

### Thực hành:

- Kỹ thuật tập luyện
- Thể lực chung, thể lực chuyên môn
- Phương pháp tổ chức thi đấu
- Thi đấu đôi

## 8. GIÁO TRÌNH

Do trường ĐH TDTT Bắc Ninh

## 9. TÀI LIỆU THAM KHẢO

Luật các môn thể thao đưa vào giảng dạy trong trường ĐH KTQD

## 10. PHƯƠNG PHÁP DẠY VÀ HỌC CỦA HỌC PHẦN

### 10.1. Phương pháp giảng dạy

- Giảng dạy thông qua bài giảng và hướng dẫn sinh viên tập luyện
- Phương tiện giảng dạy: các dụng cụ thể thao, sân bãi

### 10.2. Phương pháp học:

- Sinh viên bắt buộc tham gia các giờ giảng trên lớp
- Sinh viên tập luyện theo hướng dẫn của giảng viên

## 11. PHƯƠNG PHÁP ĐÁNH GIÁ

Hình thức đánh giá	Nội dung đánh giá	Thời điểm	CDR môn học	Tiêu chí đánh giá	Tỷ lệ (%)
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]
Đánh giá quá trình học		Tuần 1- 10	CLO3.1 CLO3.2	+ Chấp hành quy định học tập trên giảng đường + Điểm thảo luận bao gồm: điểm đánh giá về chuẩn bị nội dung, đề cương thảo luận, nội dung thuyết trình, trao đổi trên lớp. + Điểm đánh giá tính theo điểm 10; Thực hiện đánh giá thống nhất sau: Sinh viên không nghỉ buổi nào chấp hành tốt các chế độ quy định được 8 điểm, vắng buổi học không có lý do trừ 1 điểm, đi học muộn không được điểm danh; vi phạm mỗi lần như nói chuyện riêng, sử dụng điện thoại,	10%

				ngủ gật, làm việc khác ngoài nội dung học, ..... nhắc nhở, trừ 2 điểm. Sinh viên tham gia các buổi học đầy đủ chấp hành thực hiện tốt các tiêu chí, tích cực trao đổi ý kiến phát biểu được 10 điểm.	
Đánh giá bài kiểm tra giữa	Bài thi lý thuyết giữa kì	Tuần 2	CLO1.1 CLO3.1 CLO3.2	Đánh giá bài kiểm tra giữa kỳ lý thuyết + thực hành	20%
Đánh giá kết thúc môn học	Bài thi thực hành	Tuần 10	CLO2.1 CLO2.2 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên phải có mặt học tập ở lớp đảm bảo $\geq 80\%$ thời gian của môn học. Điểm kiểm tra định kỳ và điểm đánh giá của giảng viên phải $\geq 5$ điểm/mỗi điểm. Tổ chức thi kết thúc môn học: Thi thực hành	70%

## 12. LỊCH TRÌNH GIẢNG DẠY

Tuần/ Buổi học	Nội dung	CDR môn học	Hoạt động dạy và học	Bài đánh giá
[1]	[2]	[3]	[4]	[5]
1	<b>Lý thuyết:</b> - Kỹ thuật tập luyện - Nguyên tắc và phương pháp tập luyện		Thuyết giảng: 3 tiết	Đánh giá quá trình, thái độ học tập, mức độ chủ động và tích cực trong học tập 10%

	- Luật thi đấu đôi			
2	<b>Bài thi lý thuyết + thực hành giữa kì</b>			Đánh giá bài lý thuyết cá nhân 20%
3-9	<b>Thực hành:</b> - Kỹ thuật tập luyện - Thẻ lực chung, thẻ lực chuyên môn - Phương pháp tổ chức thi đấu - Thi đấu đôi		Thực hành: 27 tiết	
10	<b>Thi kết thúc môn học</b>		Sinh viên thực hành cá nhân 3 tiết	Đánh giá bài thi kết thúc môn học 70%

**TRƯỞNG BỘ MÔN**

*Hà Nội, ngày tháng năm 20*

**HIỆU TRƯỞNG**