



**TRƯỜNG ĐẠI HỌC NHA TRANG**  
**Khoa/Viện: Giáo dục quốc phòng – An ninh**  
**Bộ môn: Giáo dục thể chất**

**ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN**

*(Ban hành kèm theo Quyết định số...../QĐ-ĐHNT ngày .... Tháng..... năm 2021 của  
Hiệu trưởng Trường Đại học Nha Trang)*

**1. Thông tin về học phần:**

Tên học phần:

- Tiếng Việt: **BÓNG CHUYÊN VÀ PHƯƠNG PHÁP TẬP LUYỆN**
- Tiếng Anh: Volleyball and Training methods

Mã học phần: 85098

Số tín chỉ: 1 TC

Đào tạo trình độ: Đại học; Cao đẳng

Học phần tiên quyết: Không

**2. Mô tả học phần:**

- Các nội dung Bóng chuyên, được đưa vào trường học nhằm mục đích tăng cường thể chất cho sinh viên. Hiện nay các nội dung Bóng chuyên, được đưa vào đào tạo giáo dục thể chất tự chọn và đem lại hiệu quả cao trong công tác giáo dục thể chất trong nhà trường.

Học phần gồm 2 phần:

Phần 1. Lý thuyết:

- Lịch sử phát triển môn bóng chuyên.
- Luật thi đấu bóng chuyên.
- Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài.

Phần 2. Thực hành:

- Chuyên bóng.
- Đệm bóng .
- Phát bóng .

**3. Mục tiêu:**

- Nắm vững tri thức về ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện môn thể thao bóng chuyên.
- Nắm được kiến thức về nguyên lý, kỹ thuật chuyên bóng, đệm bóng, phát bóng và phương pháp tập luyện

Thực hiện đúng các bài tập bóng chuyên cơ bản.

Lý thuyết: Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về nguồn gốc, ý nghĩa và tác dụng, luật, phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài môn bóng chuyên.

Thực hành: Trang bị cho sinh viên kỹ thuật chuyên bóng, đệm bóng, phát bóng.

**4. Chuẩn đầu ra (CLOs):** Sau khi học xong học phần, người học có thể:

a) Nắm vững tri thức cơ bản về lịch sử phát triển, về ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện môn thể thao bóng chuyền.

b) Thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng

c) Thực hiện được kỹ thuật đệm bóng

d) Thực hiện được kỹ thuật phát bóng

e) Biết được phương pháp tổ chức thi đấu môn bóng chuyền

**5. Ma trận tương thích giữa Chuẩn đầu ra học phần với Chuẩn đầu ra CTĐT:**

CĐR HP (CLOs)	CĐR CTĐT (PLOs)										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
a	M										
b	M										
c	M										
d	M										
e	M										

**6. Nội dung:**

TT.	Chủ đề	Nhằm đạt CLOs	Số tiết	
			LT	TH
1	- Nguồn gốc ra đời môn bóng chuyền. - Lịch sử phát triển môn bóng chuyền trong và ngoài nước. - Lợi ích tác dụng của môn bóng chuyền trong nghề nghiệp và đời sống. - Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài môn bóng chuyền	a, e	4	
2	-Thực hành và lý thuyết kỹ thuật chuyền bóng -Thực hành và lý thuyết kỹ thuật đệm bóng - Thực hành và lý thuyết kỹ thuật phát bóng - Thực hành và lý thuyết kỹ thuật đập bóng Vận dụng các kỹ thuật nói trên trong thi đấu	b, c, d, e	2	6
3	Thể lực chung và chuyên môn. Trò chơi vận động với bóng.	b, c, d, e		2
4	2. Kỹ thuật di chuyển, tư thế chuẩn bị trong bóng chuyền Kỹ thuật đệm bóng thấp tay	b, c, d, e		2
5	3.Kỹ thuật chuyền bóng cao tay trong bóng chuyền	b, c, d, e		2
6	4.Kỹ thuật phát bóng (cao và thấp tay)	b, c, d, e		2

	Thể lực chung và chuyên môn, trò chơi vận động với bóng			
7	5.Giới thiệu kỹ chiến thuật bóng chuyền (06 tiến, 06 lùi)	b, c, d, e		2
8	6.Giới thiệu luật thi đấu và tổ chức thi đấu làm quen	b, c, d, e		2
	Tổng cộng:		6	18

### 7. Phương pháp dạy học:

TT.	Phương pháp dạy học	Áp dụng cho chủ đề	Nhằm đạt CLOs
1	- Phương pháp thuyết giảng; Sử dụng bài giảng điện tử, phương pháp trình chiếu, kết hợp bảng hình và video về kỹ thuật động tác	1, 2	a, e
2	- Phương pháp thị phạm động tác, phương pháp phân tích kỹ thuật động tác, phương pháp phân nhóm. Phương pháp sử dụng trò chơi vận động nhằm tạo hứng thú, khắc phục nhàm chán trong giờ học.	3, 4, 5, 6, 7, 8	b, c, d, e
3	Phương pháp trò chơi vận động, phương pháp thị phạm diễn giải, phân tích, Phương pháp thi đấu, phương pháp phân nhóm. Phương pháp hoàn thiện kỹ thuật bóng chuyền	3, 4, 5, 6, 7, 8	b, c, d, e,

### 8. Đánh giá kết quả học tập:

#### 8.1 Lịch kiểm tra giữa kỳ (dự kiến)

Lần kiểm tra	Tiết thứ	Hình thức kiểm tra	Chủ đề/Nội dung được kiểm tra	Nhằm đạt KQHT
1	8	Thực hành	Các kỹ thuật động tác đơn lẻ - Kỹ thuật phát bóng cao tay - Kỹ thuật phát bóng thấp tay	Nhằm làm cho người tập hoàn thiện được các kỹ thuật của động tác đơn lẻ

8.2. THANG ĐIỂM ĐÁNH GIÁ MÔN HỌC BÓNG CHUYỀN THEO HỆ TÍN CHỈ.

NỘI DUNG	HÌNH THỨC THI	CÁCH CHO ĐIỂM	YÊU CẦU	GHI CHÚ
Chuyền bóng cao tay cơ bản	Người thực hiện đứng ở vị trí số 3, nhận bóng của người phục vụ thực hiện chuyền bóng qua vị trí số 4.	Thực hiện chuyền bóng 5 quả. Mỗi quả đúng kỹ thuật được 2 điểm	Chuyền bóng quỹ đạo bóng đi hình cung, bóng không xoáy, cao hơn mép trên của lưới 1 mét.	
Đệm bóng	Người thực hiện đứng ở vị trí số 6, nhận bóng của người phục vụ thực hiện đệm bóng lên vị trí số 3.	Thực hiện đệm bóng 5 quả. Mỗi quả đúng kỹ thuật được 2 điểm	Đệm bóng quỹ đạo bóng đi hình cung, bóng không xoáy	
Phát bóng: -Cao tay(Nam) -Thấp tay( Nữ )	Đúng khu vực phát bóng, phát qua lưới vào trong sân	Thực hiện phát 05 quả mỗi lần vào sân được 2 điểm.	Phát đúng kỹ thuật	

8.3. Đánh giá kết quả học tập:

<i>STT</i>	<i>Hình thức đánh giá</i>	<i>Nhằm đạt KQHT</i>	<i>Trọng số (%)</i>
2	Chuyên cần/thái độ: Chuyên cần/thái độ học tập: Điểm danh từng giáo án, sinh viên có tương tác với giảng viên, xem trước tài liệu, tự ôn luyện các bài tập bổ trợ kỹ thuật, thể lực chuyên môn trước khi đến lớp.	a, b, c, d, e,	10
1	Kiểm tra giữa kỳ: Các kỹ thuật động tác đơn lẻ - Kỹ thuật phát bóng cao tay - Kỹ thuật phát bóng thấp tay	b, c, d, e,	40
3	Thi kết thúc học phần: -Kỹ thuật đệm bóng -Kỹ thuật chuyền bóng	b, c, d, e,	50

Điểm học phần = Điểm chuyên cần + điểm kiểm tra giữa kỳ+điểm thi kết thúc

**9. Tài liệu dạy học:**

TT.	Tên tác giả	Tên tài liệu	Năm xuất bản	Nhà xuất bản	Địa chỉ khai thác tài liệu	Mục đích sử dụng	
						Tài liệu chính	Tham khảo
1	Vũ Đức Thu	Giáo trình tài liệu môn bóng chuyền và bóng rổ	1995	Hà Nội	Vụ giáo dục thể chất Bộ Giáo dục và Đào tạo	x	
2		Luật bóng chuyền	2007	TĐTT, Hà Nội			x

Ngày cập nhật: ngày 15 tháng 12 năm 2021

**CHỦ NHIỆM HỌC PHẦN**

(Ký và ghi họ tên)



**Trần Văn Tự**

**TRƯỞNG BỘ MÔN**

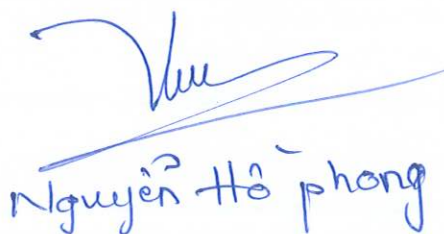
(Ký và ghi họ tên)



**Nguyễn Hồ Phong**

**BAN CHỦ NHIỆM CTĐT**

(Ký và ghi họ tên)



Nguyễn Hồ Phong

