

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỞ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

1. Thông tin chung

1.1. Tên học phần tiếng Việt: GDTC 2 - Bóng bàn

1.2. Tên học phần tiếng Anh: Physical Education 2 – Table tennis

1.3. Mã học phần: PEDU0206

1.4. Khoa/Ban phụ trách: Ban Cơ bản

1.5. Số tín chỉ: 1,5

+ Số tiết lý thuyết: 0

+ Số tiết thực hành: 45

2. Mô tả

Môn học cung cấp cho sinh viên các kiến thức: Lịch sử phát triển môn bóng bàn trên thế giới và Việt Nam; Tác dụng của các bài tập bóng bàn đối với người tập nhằm nâng cao sức khỏe; Một số điều luật cơ bản trong Luật bóng bàn; Thực hành các kỹ thuật cơ bản về đánh bóng bàn: Cách cầm vợt, giao bóng, vợt bóng thuận tay và trái tay, gò bóng thuận tay, gò bóng trái tay.

3. Mục tiêu

3.1. Mục tiêu chung

Sau khi hoàn thành học phần này, sinh viên có thể:

- Nắm vững ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện bóng bàn
- Nắm vững luật và phương pháp tập luyện, các kỹ chiến thuật căn bản

trong môn bóng bàn.

3.2. Mục tiêu cụ thể

3.2.1. Kiến thức

Sinh viên có thể có những kiến thức sau đây về bóng bàn:

- Xác định được tính chất và tác dụng của môn bóng bàn.
- Nắm được điều luật và cách thức thi đấu.

3.2.2. Kỹ năng

Sau khi hoàn thành học phần, sinh viên có những kỹ năng sau đây:

- Thực hiện tương đối thuần thục các thao tác kỹ thuật cơ bản:
- Phối hợp và chủ động trong tập luyện với nhóm và tự tập luyện.

3.2.3.Thái độ

- Xây dựng thái độ học tập đúng đắn, đảm bảo tính kỷ luật trong tập luyện
- Ý thức tự giác tích cực, thường xuyên rèn luyện nhằm tăng cường thể lực và nâng cao sức khỏe, đáp ứng nhu cầu học tập và lao động.

4. Nội dung học phần

STT	Tên chương	Mục, tiểu mục	Số tiết				Tài liệu tự học
			TC	LT	BT	TH	
1.	Lý thuyết nhập môn	Khái niệm và nhận thức về học phần bóng chuyên, ý nghĩa, tác dụng, một số điểm cơ bản của luật bóng bàn.	2			2	Tài liệu học tập <i>Bóng bàn</i> do bộ môn GDTC – Ban Cơ bản biên soạn
2.	Kỹ thuật căn bản	-Kỹ thuật các bước di chuyển -Các bài tập làm quen với bóng -Kỹ thuật giao bóng căn bản -Kỹ thuật vạt bóng thuận tay -Kỹ thuật vạt bóng trái tay -Kỹ thuật gò bóng thuận & nghịch tay	40			40	
3.	Thi	Thi kết thúc học phần	3			3	
Tổng cộng			45			45	

5. Tài liệu tham khảo

5.1. Tài liệu chính: Tài liệu học tập *Bóng bàn* do bộ môn GDTC – Ban Cơ bản biên soạn – Lưu hành nội bộ.

5.2. Tài liệu tham khảo:

– Tài liệu giảng dạy Giáo dục thể chất – Nhà Xuất bản Đại học Quốc gia TP Hồ Chí Minh – năm 2010.

– Luật Bóng bàn– Nhà xuất bản Thể dục thể thao Hà Nội – năm 2011.

6. Phương pháp giảng dạy

– Phương pháp giảng giải động tác kỹ thuật.

– Phương pháp thị phạm động tác kỹ thuật.

– Phương pháp phân chia và hoàn thiện động tác kỹ thuật.

– Phương pháp tập lặp lại ổn định.

– Phương pháp tập biến đổi.

– Tổ chức các trò chơi và thi đấu.

7. Đánh giá kết quả học tập

– Điểm đánh giá chấm theo thang điểm 10, làm tròn đến 1 chữ số thập phân, theo quy định của Trường.

– Điểm kết thúc **học phần** được tính theo cơ cấu:

STT	Nội dung	Tỷ trọng (%)	Ghi chú
Điểm quá trình		50%	
1.	Điểm chuyên cần	20	Đánh giá mức độ chuyên cần, thái độ học tập của sinh viên.
2.	Kiểm tra giữa kỳ	30	Thi thực hành cá nhân
Điểm cuối kỳ		50%	
3.	Thi cuối kỳ	50	Thi thực hành cá nhân
Điểm toàn phần		100%	

Sinh viên được đánh giá “đạt” môn học Giáo dục thể chất khi điểm **trung bình của môn học** đạt từ 2,00 trở lên.

7.1. Điểm chuyên cần

Điểm chuyên cần bao gồm đi học đầy đủ, đúng giờ và thái độ học tập.

– Vắng 1 buổi trừ 50% điểm;

– Vắng 2 buổi trừ 100% điểm;

– Nhắc nhở lần thứ 2 vì thái độ học tập trừ 50% điểm;

- Nhắc nhở lần thứ 3 vì thái độ học tập trừ 100% điểm .

7.2. Nội dung kiểm tra giữa kỳ

- Kiểm tra kỹ năng thực hiện kỹ thuật động tác.
- Hình thức kiểm tra : Thực hành.
- Giảng viên phụ trách học phần trực tiếp ra đề kiểm tra và cho điểm đánh giá.

7.3. Nội dung thi cuối kỳ

- Đánh bóng thuận tay 10 lần vào ô 60cm x 60cm
- Cách tính điểm: Mỗi lần đánh quả bóng vào ô qui định đúng kỹ thuật được tính 1 điểm.

8. Kế hoạch giảng dạy

STT	Buổi học (5 tiết/buổi)	Nội dung	Ghi chú
1.	Buổi 1	-Ý nghĩa tác dụng, lịch sử phát triển môn bóng bàn, tư thế chuẩn bị đánh bóng,các bước di chuyển -Tính năng của vợt , cách cầm vợt	
2.	Buổi 2	-Kỹ thuật giao bóng thuận tay (không xoáy) thẳng cơ bản	
3.	Buổi 3	-Kỹ thuật giao bóng trái tay thẳng (không xoáy) cơ bản	
4.	Buổi 4	-Vợt bóng thuận tay	
5.	Buổi 5	- Vợt bóng trái tay	
6.	Buổi 6	-Gò bóng thuận tay	
7.	Buổi 7	-Gò bóng trái tay	
8.	Buổi 8	Kiểm tra giữa kỳ	
9.	Buổi 9	Tổ chức thi đấu	
10.	Buổi 10	Thi kết thúc	

9. Quy định của học phần

- Sinh viên phải đi học đúng giờ quy định;
- Tích cực tập luyện các nội dung môn học theo hướng dẫn của giảng viên;

– Sinh viên mặc đồng phục thể thao của trường và mang giày tập khi lên lớp.

10. Thông tin giảng viên

– Giảng viên 1: Trình Quốc Trung

– Email:trung.tq@ou.edu.vn

– Giảng viên 2: Trịnh Trung Dũng

– Email:dungtt@ou.edu.vn

**BAN CƠ BẢN
TRƯỞNG BAN**

**BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT
TRƯỞNG BỘ MÔN**

Trình Quốc Trung