

Thái Nguyên, ngày 16 tháng 9 năm 2018

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO TRÌNH ĐỘ ĐẠI HỌC

NGÀNH/CHUYÊN NGÀNH: QUẢN LÝ TÀI NGUYÊN RỪNG

I. Thông tin chung về học phần

- Tên học phần: Thể dục tay không – Điền kinh
- Tên tiếng Anh: Gymnastics and Athletics
- Mã học phần: PHE111
- Số tín chỉ: 1
- Điều kiện tham gia học tập học phần:

Môn học tiên quyết:

Môn học trước:

- *Bộ môn:* Giáo dục thể chất
- *Khoa:* Khoa học cơ bản
- Phân bố thời gian: 10 tuần
- Học kỳ:

Học phần thuộc khối kiến thức:

| Cơ bản <input type="checkbox"/> | | Cơ sở ngành <input type="checkbox"/> | | Chuyên ngành <input type="checkbox"/> | |
|-----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| Bắt buộc <input type="checkbox"/> | Tự chọn <input type="checkbox"/> | Bắt buộc <input type="checkbox"/> | Tự chọn <input type="checkbox"/> | Bắt buộc <input type="checkbox"/> | Tự chọn <input type="checkbox"/> |

Ngôn ngữ giảng dạy: Tiếng Anh Tiếng Việt

II. Thông tin về giảng viên:

- Họ và tên: Dương Thế Hiển
- Chức danh, học hàm, học vị: Giảng viên, Thạc sĩ
- Thời gian, địa điểm làm việc: Khoa Khoa học cơ bản
- Địa chỉ liên hệ: Khoa Khoa học cơ bản, trường Đại học Nông Lâm Thái Nguyên, xã Quyết Thắng, thành phố Thái Nguyên
- Điện thoại, email: duongthehien@tuaf.edu.vn
- Các hướng nghiên cứu chính: Rèn luyện thể lực, giải pháp nâng cao hiệu quả các Câu lạc bộ thể thao.
- Thông tin về trợ giảng/ giảng viên cùng giảng dạy (nếu có) (họ và tên, điện thoại, email):

1. Nguyễn Trường Giang, nguyentruonggiang@tuaf.edu.vn
2. Phạm Tiến Dũng, phamtiendung@tuaf.edu.vn
3. Nguyễn Khánh Quang, nguyenkhanhquang@tuaf.edu.vn
4. Bùi Minh Tuấn, bui minh tuan@tuaf.edu.vn

III. Mô tả học phần:

Học phần Giáo dục thể chất I cung cấp cho sinh viên ngành Quản lý tài nguyên rừng kiến thức cơ bản và lợi ích của việc rèn luyện thể dục thể thao nói chung, hiệu quả của việc của việc rèn luyện sức khỏe thông qua các bài tập thể dục tay không và tầm quan trọng của nội dung điền kinh nói riêng; định hướng việc rèn luyện thể dục thể thao đúng cách, hiệu quả và đảm bảo an toàn.

IV. Mục tiêu và chuẩn đầu ra

- Mục tiêu:

Học phần nhằm trang bị cho sinh viên kiến thức cơ bản về nội dung thể dục thể thao và điền kinh. Ngoài ra, học phần còn trang bị thể lực cho sinh viên để đảm bảo sức khỏe trong việc tham gia học tập cũng như phát triển toàn bộ thể chất để phục vụ cho Nhà trường nói riêng và cho Xã hội nói chung.

Học phần đóng góp cho Chuẩn đầu ra sau đây của CTĐT theo mức độ sau:

| Mã HP | Tên HP | Mức độ đóng góp của học phần cho CDR của CTĐT | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|---------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| PHE111 | Giáo dục thể chất 1 | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | a | a | a | a | | | |

Ghi chú:

a: Đáp ứng cao

b: Đáp ứng trung bình

c: Đáp ứng thấp

- :Không đáp ứng

- Chuẩn đầu ra của học phần (theo thang đo năng đo năng lực của Bloom):

| Ký hiệu | Chuẩn đầu ra của học phần Hoàn thành học phần này, sinh viên thực hiện được | CDR của CTĐT |
|------------------|--|--------------|
| Kiến thức | | |
| K1 | - Hiểu được tầm quan trọng của thể dục thể thao mang lại cho con người | |
| K2 | - Hiểu được việc luyện tập thể dục thể thao ảnh hưởng tới sinh viên trong xã hội và trong quá trình học tập tại trường | |

| Kĩ năng | | |
|-------------------------------------|--|---------------|
| K3 | - Vận dụng được khả năng quan sát và tư duy để thực hiện được các bài tập theo yêu cầu môn học | 12a |
| K4 | - Thuyết trình, nghiên cứu, làm việc nhóm và làm việc độc lập | 12a |
| Thái độ và phẩm chất đạo đức | | |
| K5 | Hăng hái làm việc, sẵn sàng học tập nâng cao giá trị bản thân suốt đời | 13a, 14a, 15a |
| K6 | Sẵn sàng đương đầu với vấn đề phát sinh, làm việc tốt dưới áp lực | 13a, 14a, 15a |

IV. Phương pháp giảng dạy và học tập

1. Phương pháp giảng dạy:

- Thuyết trình, phân tích, thị phạm
- Phân chia nhóm
- Sinh viên thực hiện kết hợp giảng viên sửa sai

2. Phương pháp học tập

- Sinh viên quan sát, tư duy và đặt câu hỏi liên quan
- Sinh viên thực hiện bài tập, thảo luận nhóm
- Sinh viên nghiên cứu kỹ thuật được học
- Sinh viên làm việc nhóm, áp dụng kiến thức được học để hoàn thành bài tập

V. Nhiệm vụ của sinh viên

- Chuyên cần:
 - ↳ Đối với giờ thực hành: Sinh viên phải báo cáo tiến độ làm việc mỗi tuần
- Chuẩn bị cho bài giảng: Sinh viên phải đọc trước các bài giảng và các tài liệu có liên quan do giảng viên cung cấp, phát triển các giả định và câu hỏi liên quan.
- Thái độ: tích cực tham gia tập luyện, đặt câu hỏi và cầu thị.

VI. Đánh giá và cho điểm

1. Thang điểm: 10

2. Kế hoạch đánh giá và trọng số

Bảng 1. Matrix đánh giá CĐR của học phần

| Các CĐR của học phần | Chuyên cần | Giữa kỳ | Thi cuối kỳ |
|----------------------|------------|---------|-------------|
| | (10%) | (30%) | (50%) |
| K1 | X | | |
| K2 | X | | |
| K3 | X | X | X |
| K4 | X | | |
| K5 | X | X | X |
| K6 | X | X | X |

Bảng 2. Rubric đánh giá học phần

Rubric 1: Đánh giá chuyên cần

| TIÊU CHÍ | TRỌNG SỐ (%) | TỐT (10%-8,5) | KHÁ (8,4 - 7) | TRUNG BÌNH (6,9%-5,5) | YẾU (5,4%-4) | KÉM (<4) |
|--------------------|--------------|---|--|---|---|--|
| 1. Đi học đầy đủ | 80% | Tham dự đầy đủ các buổi học | Vắng 01 buổi không phép hoặc 01 buổi có phép | Vắng 02 buổi không phép hoặc 03 buổi có phép | Vắng 02 buổi không phép và nhiều nhất 01 buổi có phép | Vắng 03 buổi không phép |
| 2. Thái độ học tập | 20% | Tích cực tập luyện, hăng hái, nhiệt tình giúp đỡ bạn bè | Có tinh thần, kỷ luật tốt, đoàn kết | Chưa chịu khó vận động và xây dựng giờ học, ít tương tác với bạn bè | Không chủ động tập luyện, trì trệ tập luyện | Mất trật tự, chia rẽ đoàn kết, vô kỷ luật. |

Rubric 2: Đánh giá giữa kỳ

| TIÊU CHÍ | TRỌNG SỐ (%) | TỐT (10-8,5) | KHÁ (8,4 - 7) | TRUNG BÌNH (6,9-5,5) | YẾU (5,4-4) | KÉM (<4) |
|----------------------|--------------|--|---|---|---|--|
| 1. Bài thi thực hành | 100% | Đáp ứng 85%-100% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 70%-84% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 55%-69% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 40%-54% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng <40% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao |

Rubric 3: Đánh giá cuối kỳ

| TIÊU CHÍ | TRỌNG SỐ (%) | TỐT (10-8,5) | KHÁ (8,4 - 7) | TRUNG BÌNH (6,9-5,5) | YẾU (5,4-4) | KÉM (<4) |
|----------------------|--------------|--|---|---|---|--|
| 1. Bài thi thực hành | 100% | Đáp ứng 85%-100% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 70%-84% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 55%-69% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng 40%-54% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Đáp ứng <40% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao |

Rubric 4: Đánh giá thực hành

| TIÊU CHÍ | TRỌNG SỐ (%) | TỐT (10%-8,5) | KHÁ (8,4% - 7) | TRUNG BÌNH (6,9%-5,5) | YẾU (5,4%-4) | KÉM (<4) |
|----------------------|--------------|---|--|--|--|---|
| 1. Mức độ hoàn thành | 50% | Hoàn thành đầy đủ các yêu cầu bài tập được giao | Hoàn thành 70%-84% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Hoàn thành 55%-69% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Hoàn thành 40%-54% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao | Hoàn thành <40% yêu cầu của bài tập do giáo viên giao |
| 2. Kỹ thuật động tác | 50% | Đáp ứng đầy đủ yêu cầu về kỹ thuật động tác | Đáp ứng 70%-84% yêu cầu về kỹ thuật động tác | Đáp ứng 55%-69% yêu cầu về kỹ thuật động tác | Đáp ứng 40%-54% yêu cầu về kỹ thuật động tác | Đáp ứng <40% yêu cầu về kỹ thuật động tác |

VII. Giáo trình/ tài liệu tham khảo

- *Sách giáo trình/Bài giảng:*

Giáo trình nội bộ môn Thể dục tay không - Điền kinh, Bộ môn GDTC - Khoa Khoa học cơ bản – ĐHNLTN

- *Tài liệu tham khảo khác:*

1. Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch, *Giáo trình quản lý Thể dục thể thao* (2015), Nhà xuất bản TDTT Hà Nội.
2. Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch, *Hướng dẫn tập luyện phát triển sức mạnh cơ bắp* (2010), Nhà xuất bản TDTT Hà Nội.
3. *Điền Kinh* (Sách giáo khoa dành cho sinh viên đại học thể dục thể thao), Nhà xuất bản Thể dục thể thao.
4. Ủy ban Thể dục thể thao, *Một số vấn đề cơ bản về Quản lý TDTT* (Sách chuyên khảo dùng cho chuyên ngành quản lý TDTT bậc Đại học) (2005), Nhà xuất bản TDTT Hà Nội
5. Ủy ban Thể dục thể thao, *Luật Điền kinh* (2005), Nhà xuất bản thể dục thể thao, Hà Nội

VIII. Nội dung chi tiết của học phần :

| Nội dung | CĐR chi tiết (LLOs) | Hoạt động dạy và học | Hoạt động đánh giá | CĐR học phần (CLOs) |
|--|--|---|--------------------|------------------------|
| PHẦN I: THỂ DỤC TAY KHÔNG Chương I: Mở đầu I - LỊCH SỬ RA ĐỜI VÀ PHÁT TRIỂN CỦA NỀN TDTT VIỆT NAM SAU CÁCH MẠNG THÁNG 8/1945 | - Hiểu được kiến thức chung về Thể dục thể thao. - Vận dụng kiến thức về Thể dục thể thao để đưa ra chế độ rèn luyện cho bản thân | - GV thuyết trình - SV hiểu và ghi nhớ được nội dung | R1 | K1, K2, K3, K4, K5, K6 |
| Chương II: Phần cơ bản I - GIỚI THIỆU VÀ PHÂN TÍCH CÁC BÀI THỂ DỤC TAY KHÔNG | - Hiểu được kiến thức về Thể dục tay không - Vận dụng kiến thức được học để thực hiện bài tập theo yêu cầu | - GV thị phạm, phân tích - SV quan sát, thực hiện theo | R1,R2,R3, R4 | K1, K2, K3, K4, K5, K6 |
| PHẦN II: ĐIỀN KINH Chương I: Mở đầu I - LỊCH SỬ PHÁT TRIỂN CỦA CHẠY CỰ LI NGẮN II - Ý NGHĨA, TÁC DỤNG CỦA CHẠY CỰ LI NGẮN III - ĐẶC ĐIỂM CỦA CHẠY CỰ LI NGẮN | - Hiểu được kiến thức chung về Điền kinh. - Vận dụng kiến thức về Điền kinh để đưa ra chế độ rèn luyện cho bản thân | - GV thuyết trình - SV hiểu và ghi nhớ được nội dung | R1 | K1, K2, K3, K4, K5, K6 |
| Chương II: Phần cơ bản I - NGUYÊN LÝ KỸ THUẬT CỦA CHẠY CỰ LI NGẮN II - PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY CHẠY CỰ LI NGẮN III - MỘT SỐ ĐIỂM TRONG LUẬT ĐIỀN KINH (CHẠY CỰ LI NGẮN) | - Hiểu được kiến thức về Chạy cự ly ngắn - Vận dụng kiến thức được học để thực hiện bài tập theo yêu cầu | - GV thị phạm, phân tích - SV quan sát, thực hiện theo | R1,R2,R3, R4 | K1, K2, K3, K4, K5, K6 |

IX. Hình thức tổ chức dạy học :

| Nội dung | | Hình thức tổ chức dạy học môn học (tiết) | | | | | Tổng |
|-------------|----------|--|---------|-----------|-------|--------|------|
| | | Lý thuyết | Bài tập | Thảo luận | TH/TT | Tự học | |
| Phần I | Chương 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 3 |
| | Chương 2 | 0 | 3 | 0 | 6 | 3 | 12 |
| Phần II | Chương 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 3 |
| | Chương 2 | 0 | 3 | 0 | 6 | 3 | 12 |
| | | | | | | | |
| TỔNG | | 2 | 6 | 2 | 12 | 8 | 30 |

X. Yêu cầu của giảng viên đối với học phần:

- Địa điểm: Sân thể dục ngoài trời (thoáng mát, không gian hợp lý, đảm bảo về vị trí địa lý, tránh ảnh hưởng về điều kiện thời tiết)
- Quy định giờ lên lớp: Trang phục đúng quy định, hợp với đặc thù của môn học.

Thái Nguyên, ngày 18 tháng 9 năm 2018

TRƯỞNG KHOA

(Ký và ghi rõ họ tên)

TRƯỞNG BỘ MÔN

(Ký và ghi rõ họ tên)

GIẢNG VIÊN BIÊN SOẠN

(Ký và ghi rõ họ tên)