

## ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

### Ngành đào tạo: Đại học Quản trị kinh doanh

(Ban hành kèm theo Quyết định số: 762/QĐ-ĐHTB, ngày 01 tháng 12 năm 2021 của  
Hiệu trưởng trường Đại học Thái Bình)

#### 1. Thông tin chung về học phần

- Tên học phần bằng tiếng Việt: **GIÁO DỤC THỂ CHẤT 1**
- Tên học phần bằng tiếng Anh: Physical Education 1
- Mã học phần: 0101000436 Số tín chỉ: 1(0,1,0)
- Áp dụng cho ngành/chuyên ngành đào tạo: Quản trị kinh doanh
- Trình độ đào tạo: Đại học
- Hình thức đào tạo: Chính quy (vừa học vừa làm, liên thông)
- Yêu cầu của học phần: Bắt buộc
- Học phần tiên quyết: Không
- Các học phần học trước: Không
- Các học phần học song hành: Không
- Các yêu cầu khác đối với học phần: Không
- Phân bổ giờ tín chỉ đối với các hoạt động:
  - + Nghe giảng lý thuyết: 4 giờ
  - + Làm bài tập trên lớp: 0 giờ
  - + Thảo luận: 0 giờ
  - + Thực hành, thực tập: 23 giờ (Sân bãi.)
  - + Hoạt động theo nhóm: 0 giờ
  - + Tự học: 50 giờ
  - + Kiểm tra: 3 giờ
- Khoa/Bộ môn phụ trách học phần: Khoa Đại cương/ Bộ môn Giáo dục Thể chất

#### 2. Mô tả học phần:

Trang bị cho người học hiểu biết về vị trí, vai trò của thể dục, thể thao đối với con người và xã hội; nắm được kiến thức cơ bản, kỹ năng thực hành các môn Thể dục phát triển chung, điền kinh, bóng chuyền, bóng rổ, cầu lông, nhằm bảo vệ và tăng cường sức khỏe, nâng cao thể chất, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho sinh viên.

#### 3. Mục tiêu của học phần

Mã số	Mô tả mục tiêu học phần	CDR của CTĐT PLOs	Mức độ
[1]	[2]	13]	[4]
G1	Cung cấp cho sinh viên các kiến thức lý luận cơ bản về Lịch sử hình thành, phát triển của thể dục thể thao thế giới và Việt Nam; những khái niệm cơ bản về sức khỏe, thể chất và thể dục thể thao; vị trí, vai trò, ý nghĩa tác dụng của thể dục thể thao trong xã hội và trường học; các phương tiện,	PLO1.1.1	2/5

	phương pháp, nguyên tắc tập luyện thể dục thể thao; kiến thức cơ bản về phòng ngừa chấn thương và sơ cứu.		
G2	Trang bị kiến thức, kỹ năng thực hành các môn thể dục nâng cao thể lực, sự dẻo dai cho cơ thể, phương pháp tự tập luyện và rèn luyện thể chất, nâng cao sức khỏe.	PLO2.1	2/5
G3	Nắm vững được kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập thể dục, thể thao để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, hoàn thiện nhân cách, nâng cao khả năng học tập, kỹ năng hoạt động xã hội với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện.	PLO3.2	2/5

#### 4. Chuẩn đầu ra của học phần

Học phần đóng góp cho chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo

Mục tiêu học phần (Gs)	Chuẩn đầu ra học phần (CLOs)		Chuẩn đầu ra CTĐT PLOs	Mức độ đạt được
	Ký hiệu	Mô tả		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
<b>Kiến thức</b>				
G1	CLO1.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trang bị cho sinh viên nhận thức về quan điểm, chủ trương của Đảng và Nhà nước về thể dục thể thao trong trường học; vị trí, vai trò của thể dục thể thao đối với con người và xã hội; củng cố và hoàn thiện kiến thức cơ bản, kỹ năng thực hành một số môn thể dục thể thao nhằm bảo vệ và tăng cường sức khỏe, nâng cao thể chất, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho sinh viên.</li> <li>- Có hiểu biết về ý nghĩa tác dụng của thể dục thể thao đối với con người; nhận thức về vị trí, vai trò của Giáo dục thể chất và các hoạt động thể dục thể thao trong hoạt động giáo dục đại học;</li> </ul>	PLO1.1.1	2/5
<b>Kỹ năng</b>				
G2	CLO2.1	Thực hành được những động tác cơ bản môn thể dục tay không trong chương trình môn học, biết một số phương pháp tự tập luyện, để rèn luyện thể chất, tăng cường thể lực và bảo vệ sức khỏe.	PLO2.1	2/5
<b>Mức tự chủ và trách nhiệm</b>				
G3	CLO3.1	Tích cực, tự giác học tập; xây dựng thói quen vận động, tập luyện thể dục thể thao; rèn luyện thể chất thường xuyên.	PLO3.2	2/5

### 5. Tài liệu phục vụ học phần

Giáo trình chính:	[1] Trường Đại học Thái Bình: <i>Giáo trình Giáo dục thể chất hệ đại học</i> (Giáo trình nội bộ), 2019
Tài liệu tham khảo:	[2] Vụ GDTC-Bộ GD&ĐT (1995), <i>Lý luận và phương pháp GDTC trong các trường Đại học, Hà Nội.</i> [3] Bộ GDĐT số: <i>TT25/2015-BGDĐT ngày 14/10/2015 của BGDĐT về quy định chương trình môn học GDTC của các trường CD và ĐH.</i>

### 6. Phương pháp, hình thức tổ chức dạy học

Phương pháp, hình thức tổ chức dạy học	Mục đích	CDR của HP đạt được CLOs	Phương pháp, hình thức học của người học
Thuyết trình, giảng giải	Cung cấp cho sinh viên những quan điểm, chủ trương của Đảng và Nhà nước về thể dục thể thao trong trường học; vị trí, vai trò của thể dục thể thao đối với con người và xã hội;	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1	Bài bản (lắng nghe, tiếp nhận thông tin)
Phân tích, thi phạm làm mẫu	Phân tích hướng dẫn cho sinh viên những kỹ thuật, động tác cơ bản, củng cố và hoàn kỹ năng thực hành một số môn thể dục thể thao nhằm bảo vệ và tăng cường sức khỏe, nâng cao thể chất, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho sinh viên.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1	Thực hiện các bước theo trình tự, làm việc nhóm, tương tác...
Hướng dẫn tự học, tự nghiên cứu	- Nhằm củng cố kiến thức, kỹ năng đã học. - Chỉ dẫn sinh viên tìm các nguồn tài liệu tham khảo để tự nghiên cứu phục vụ việc học tập: Củng cố kiến thức bài học trên lớp đồng thời chuẩn bị cho bài học sau.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1	Chủ động tìm hiểu và khám phá kiến thức một cách tự nhiên, độc lập và sáng tạo. Sử dụng hiệu quả kiến thức tìm được.
Kiểm tra	Đánh giá ý thức, thái độ, khả năng tiếp nhận và vận dụng kiến thức đã học vào thực tế, đáp ứng được yêu cầu của môn học.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1	Ôn luyện kiến thức, kỹ năng, thông tin và cách thực hiện bài kiểm tra.

### 7. Kế hoạch giảng dạy chi tiết

(Mỗi tuần 1 buổi học tương ứng với 2 tiết bao gồm cả tiết kiểm tra nếu có)

Tuần học	Nội dung	CDR học phần (CLOs)
(1)	(2)	(3)
1	BÀI 1 Khái quát chung về Thể dục Thể thao và Giáo dục Thể	CLO1.1 CLO2.1

Tuần học	Nội dung	CDR học phần (CLOs)
	chất trong trường học I. Quan điểm, đường lối của Đảng và nhà nước về GDTC trong trường học. II. Khái niệm III. Nội dung của thể dục 1. Giáo dục thể chất (thể dục thể thao trường học). 2. Thể dục thể thao thành tích cao (thể thao thành tích cao). 3. Thể dục thể thao xã hội (thể dục thể thao quần chúng). IV. Chức năng của thể dục thể thao 1. Chức năng rèn luyện sức khỏe. 2. Chức năng giáo dục. 3. Chức năng giải trí. 4. Chức năng quân sự. 5. Chức năng kinh tế. 6. Chức năng chính trị. V. Mục đích, nhiệm vụ của GDTC trong sự nghiệp đào tạo ĐH, CĐ, THCN 1. Mục đích. 2. Nhiệm vụ.	CLO3.1
2	BÀI 2 Tập luyện thể dục thể thao đối với sức khỏe I. Thúc tiến quá trình sinh trưởng phát dục nâng cao trình độ chức năng cơ thể 1. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ vận động. 2. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ thống hô hấp. 3. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với chức năng của hệ tuần hoàn. 4. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ tiêu hoá. 5. Ảnh hưởng của thể dục thể thao đối với hệ thống thần kinh. II. Thúc tiến sự phát triển toàn diện năng lực cơ thể, tăng cường năng lực thích nghi của cơ thể III. Thúc tiến phát triển năng lực của não, nâng cao hiệu suất học tập, công tác 1. Rèn luyện thân thể có thể nâng cao năng lực hoạt động trí lực. 2. Tập luyện thể dục thể thao có thể nâng cao hiệu quả công tác và học tập.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
3	BÀI 3	CLO1.1

Tuần học	Nội dung	CDR học phần (CLOs)
	<p style="text-align: center;">Thẻ đục phát triển chung</p> <p>I. Đội hình đội ngũ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số.</li> <li>2. Chào và báo cáo khi lên lớp, xuống lớp giờ học Thẻ đục.</li> <li>3. Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.</li> <li>4. Nghiêm, nghỉ.</li> <li>5. Quay phải, quay trái, quay sau.</li> <li>6. Giậm chân tại chỗ - đứng lại.</li> <li>7. Đi đều và đứng lại.</li> </ol>	<p>CLO2.1 CLO3.1</p>
4	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thẻ đục liên hoàn 80 động tác</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Động tác 1 đến động tác 16</li> <li>1.2. Thẻ lục</li> </ol>	<p>CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1</p>
5	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thẻ đục liên hoàn 80 động tác</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Động tác 17 đến động tác 32</li> <li>1.2. Thẻ lục</li> </ol>	<p>CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1</p>
6	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thẻ đục liên hoàn 80 động tác</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Động tác 33 đến động tác 48</li> <li>1.2. Thẻ lục</li> </ol>	<p>CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1</p>
7	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thẻ đục liên hoàn 80 động tác</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Động tác 49 đến động tác 64</li> <li>1.2. Thẻ lục</li> </ol>	<p>CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1</p>
8	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thẻ đục liên hoàn 80 động tác</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Động tác 65 đến động tác 80</li> <li>1.2. Thẻ lục</li> </ol>	<p>CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1</p>
9	<p style="text-align: center;">BÀI 4 Thẻ đục phát triển chung</p>	<p>CLO1.1 CLO2.1</p>

<b>Tuần học</b>	<b>Nội dung</b>	<b>CDR học phần (CLOs)</b>
	(Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Ôn luyện động tác 1 đến động tác 40 1.2. Thể lực	CLO3.1
10	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác Kiểm tra động tác 1 đến động tác 40	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
11	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Ôn luyện động tác 41 đến động tác 80 1.2. Thể lực	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
12	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Ôn luyện động tác 41 đến động tác 80 1.2. Thể lực	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
13	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Ôn luyện toàn bộ 80 động tác 1.2. Thể lực	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
14	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Ôn luyện toàn bộ 80 động tác 1.2. Kiểm tra thể lực	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1
15	<b>BÀI 4</b> Thể dục phát triển chung (Tiếp) Kiểm tra Bài thể dục liên hoàn 80 động tác.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1

### **8. Đánh giá kết quả học tập**

Sử dụng thang 10 điểm cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần.

TT	Hình thức đánh giá	Tiêu chí đánh giá	Thời điểm	Chuẩn đầu ra học phần	Trọng số
1	Chuyên cần	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh viên chủ động hoàn thành đầy đủ các câu hỏi/nội dung/tình huống được giảng viên giao về nhà.</li> <li>- Hăng hái phát biểu, tích cực tham gia thảo luận trên lớp góp phần xây dựng bài giảng có hiệu quả.</li> </ul>	Trong suốt quá trình học	CLO3	10%
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh viên đi học đầy đủ: từ 9.0 đến 10 điểm;</li> <li>- Vắng từ 20% trở xuống: từ 5.0 đến 8.5 điểm;</li> <li>- Vắng trên 20%: không được đánh giá điểm chuyên cần, không được dự thi kết thúc học phần.</li> </ul>				
2	Quá trình	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh viên hoàn thành đầy đủ, có chất lượng 03 bài kiểm tra;</li> </ul>	Kiểm tra 1: tuần 8 Kiểm tra 2: tuần 14 Kiểm tra 3: tuần 15	CLO1 CLO2 CLO3	40%
3	Cuối kỳ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hình thức thi: thực hành, thời gian làm bài theo quy định.</li> <li>- Tiêu chí đánh giá bài thi: theo thang điểm đã được phê chuẩn.</li> </ul>	Theo kế hoạch thi của nhà trường	CLO1 CLO2 CLO3	50%

### 9. Thông tin về giảng viên

TT	Học hàm, học vị, Họ và tên	Điện thoại	Email
1	ThS. Bùi Thị Quỳnh Nga	0985201980	quynhngabt@gmail.com
2	ThS. Lương Duyên Thông	0988678765	luongduyenthong@gmail.com
3	CN. Dương Xuân Điệp	0915586909	duongxuandiep@gmail.com

### 10. Các quy định chung

Cam kết của giảng viên	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Theo điều 55 Luật Giáo dục đại học (số 08/2012/QH13 ngày 18 tháng 6 năm 2012 và Luật số 34/2018/QH14 ngày 19 tháng 11 năm 2018 sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Giáo dục đại học).</li> <li>- Theo điều 3, 4 Quy định về chế độ làm việc đối với giảng viên cơ hữu của Trường Đại học Thái Bình (ban hành kèm theo Quyết định số 582/QĐ-ĐHTB ngày 11/9/2017).</li> </ul>
Yêu cầu đối với sinh viên	Theo Quy chế công tác HSSV (ban hành kèm theo Quyết định số 226/QĐ-ĐHTB ngày 14/4/2017 của trường Đại học Thái Bình)
Quy định về tham dự lớp học	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 100% sinh viên phải mặc đồng phục theo quy định</li> <li>- Sinh viên có trách nhiệm tham gia đầy đủ các buổi học. Nghỉ học do bất khả kháng thì phải có giấy tờ chứng minh đầy đủ và hợp lý.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sinh viên nghỉ học từ 20% số tiết trở lên (dù có lý do hay không có lý do) trong chương trình sẽ bị điểm 0 chuyên cần.</li> <li>- Thực hiện đầy đủ các bài tập được giao, các bài kiểm tra định kỳ.</li> <li>- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học theo hướng dẫn.</li> </ul>
Quy định về hành vi trong lớp học	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Học phần được thực hiện trên nguyên tắc tôn trọng người dạy và người học. Mọi hành vi làm ảnh hưởng đến quá trình dạy và học đều bị nghiêm cấm.</li> <li>- Sinh viên phải đi học đúng giờ. Sinh viên đi trễ quá 15 phút sau khi giờ học bắt đầu sẽ không được tham gia buổi học.</li> <li>- Tuyệt đối không được làm việc riêng, gây ảnh hưởng đến người khác trong quá trình học.</li> </ul>
Quy định về học vụ	Theo Quyết định số 426/QĐ-ĐHTB ngày 09/7/2021 của trường Đại học Thái Bình
Quy định khác	Các quy định liên quan do Trường Đại học Thái Bình ban hành

*Thái Bình, ngày ..... tháng ..... năm 2021*

**TRƯỞNG KHOA**  
(Ký, ghi rõ họ tên)

**TRƯỞNG BỘ MÔN**  
(Ký, ghi rõ họ tên)

**GIẢNG VIÊN**  
(Ký, ghi rõ họ tên)

**TS. Nguyễn Văn Hiến**

**ThS. Bùi Thị Quỳnh Nga**

**CN. Dương Xuân Điệp**