

ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN

Ngành đào tạo: Đại học Kinh tế

(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: Kinh tế
- Trình độ đào tạo: Đại học
- Hình thức đào tạo: Chính quy
- 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 | CĐR của CTĐT PLOs | Mức độ |
|-------|--|-------------------|--------|
| [1] | [2] | [3] | [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, phương pháp, nguyên tắc tập luyện thể dục thể thao; kiến thức cơ bản về phòng ngừa chấn thương và sơ cứu. | PLO1.1.1 | 2/5 |
| 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. | PLO2.1.1 | 3/5 |
| G3 | Năm 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 | 3/5 |

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) |
| Kiến thức | | | | |
| G1 | CLO1.1 | <ul style="list-style-type: none"> - 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; cung cấp 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. - 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; | PLO1.1.1 | 2/5 |

| Kỹ năng | | | | | |
|----------------------------------|--------|--|----------|--|-----|
| 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 khoẻ. | PLO2.1.1 | | 3/5 |
| Mức tự chủ và trách nhiệm | | | | | |
| 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 | | 3/5 |

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: TT25/2015-BGDDT ngày 14/10/2015 của BGDDT về quy định chương trình môn học GDTC của các trường CĐ và ĐH. |

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, thí phạm làm mẫu | Phân tích hướng dẫn cho sinh viên những kỹ thuật, động tác cơ bản, cung 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 cung cấp 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: Cung cấp 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 | CĐR học phần (CLOs) |
|----------|---|----------------------------|
| (1) | (2) | (3) |
| 1 | <p style="text-align: center;">BÀI 1</p> <p>Khái quát chung về Thể dục Thể thao và Giáo dục Thể chất trong trường học</p> <p>I. Quan điểm, đường lối của Đảng và nhà nước về GDTC trong trường học.</p> <p>II. Khái niệm</p> <p>III. Nội dung của thể dục</p> <ol style="list-style-type: none"> Giáo dục thể chất (thể dục thể thao trường học). Thể dục thể thao thành tích cao (thể thao thành tích cao). Thể dục thể thao xã hội (thể dục thể thao quần chúng). <p>IV. Chức năng của thể dục thể thao</p> <ol style="list-style-type: none"> Chức năng rèn luyện sức khoẻ. Chức năng giáo dục. Chức năng giải trí. Chức năng quân sự. Chức năng kinh tế. Chức năng chính trị. <p>V. Mục đích, nhiệm vụ của GDTC trong sự nghiệp đào tạo ĐH, CĐ, THCN</p> <ol style="list-style-type: none"> Mục đích. Nhiệm vụ. | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 2 | <p style="text-align: center;">BÀI 2</p> <p>Tập luyện thể dục thể thao đối với sức khỏe</p> <p>I. Thúc đẩy quá trình sinh trưởng phát dục nâng cao trình độ chức năng cơ thể</p> <ol style="list-style-type: none"> Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ vận động. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ thống hô hấp. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với chức năng của hệ tuần hoàn. Sự ảnh hưởng của tập luyện thể dục thể thao đối với hệ tiêu hoá. | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |

| Tuần học | Nội dung | CĐR học phần (CLOs) |
|----------|--|----------------------------|
| | <p>5. Ảnh hưởng của thể dục thể thao đối với hệ thống thần kinh.</p> <p>II. Thúc tiến sự phát triển toàn diện năng lực cơ thể, tăng cường năng lực thích nghi của cơ thể</p> <p>III. Thúc tiến phát triển năng lực của não, nâng cao hiệu suất học tập, công tác</p> <p>1. Rèn luyện thân thể có thể nâng cao năng lực hoạt động trí lực.</p> <p>2. Tập luyện thể dục thể thao có thể nâng cao hiệu quả công tác và học tập.</p> | |
| 3 | <p style="text-align: center;">BÀI 3 Thể dục phát triển chung</p> <p>I. Đội hình đội ngũ</p> <p>1. Tập hợp hàng dọc, đóng hàng, điểm số. 2. Chào và báo cáo khi lên lớp, xuống lớp giờ học Thể dục. 3. Tập hợp hàng ngang, đóng hàng, điểm số. 4. Nghiêm, nghỉ. 5. Quay phải, quay trái, quay sau. 6. Giậm chân tại chỗ - đứng lại. 7. Đi đều và đứng lại.</p> | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 4 | <p style="text-align: center;">BÀI 4 Thể dục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác</p> <p>1.1. Động tác 1 đến động tác 16 1.2. Thể lực</p> | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 5 | <p style="text-align: center;">BÀI 4 Thể dục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác</p> <p>1.1. Động tác 17 đến động tác 32 1.2. Thể lực</p> | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 6 | <p style="text-align: center;">BÀI 4 Thể dục phát triển chung (Tiếp)</p> <p>II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác</p> <p>1.1. Động tác 33 đến động tác 48 1.2. Thể lực</p> | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 7 | <p style="text-align: center;">BÀI 4 Thể dục phát triển chung (Tiếp)</p> | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |

| Tuần học | Nội dung | CĐR học phần (CLOs) |
|----------|---|----------------------------|
| | II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Động tác 49 đến động tác 64 1.2. Thể lực | |
| 8 | BÀI 4 Thể dục phát triển chung (Tiếp) II. Bài thể dục liên hoàn 80 động tác 1.1. Động tác 65 đến động tác 80 1.2. Thể lực | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 9 | BÀI 4 Thể dục phát triển chung (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 | CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 |
| 10 | BÀI 4 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 | BÀI 4 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 | BÀI 4 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 | BÀI 4 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 | BÀI 4 Thể dục phát triển chung | CLO1.1 CLO2.1 |

| Tuần học | Nội dung | CĐR học phần (CLOs) |
|----------|---|----------------------------|
| | (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 | CLO3.1 |
| 15 | BÀI 4 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.

Sử dụng thang điểm 10 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"> - Sinh viên chủ động hoàn thành đầy đủ các câu hỏi/nội dung/tình huống được giảng viên giao về nhà. - Hăng hái phát biểu, tích cực tham gia thảo luận trên lớp góp phần xây dựng bài giảng có hiệu quả. <ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên đi học đầy đủ: từ 9.0 đến 10 điểm; - Vắng từ 20% trở xuống: từ 5.0 đến 8.5 điểm; - Vắng trên 20%: không được đánh giá điểm chuyên cần, không được dự thi kết thúc học phần. | Trong suốt quá trình học | CLO3 | 10% |
| 2 | Quá trình | <ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên hoàn thành đầy đủ, có chất lượng 03 bài kiểm tra; | 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"> - Hình thức thi: thực hành, thời gian làm bài theo quy định. - Tiêu chí đánh giá bài thi: theo thang điểm đã được phê chuẩn. | 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 Điện | 0915586909 | duongxuandiep@gmail.com |

10. Các quy định chung

| | |
|-----------------------------------|--|
| Cam kết của giảng viên | <ul style="list-style-type: none"> - 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). - 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). |
| 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"> - 100% sinh viên phải mặc đồng phục theo quy định - 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. - 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. - Thực hiện đầy đủ các bài tập được giao, các bài kiểm tra định kỳ. - Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học theo hướng dẫn. |
| Quy định về hành vi trong lớp học | <ul style="list-style-type: none"> - 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. - 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. - Tuyệt đối không được làm việc riêng, gây ảnh hưởng đến người khác trong quá trình học. |
| 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 Điện