

**BỘ CÔNG THƯƠNG**  
**TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP HÀ NỘI**  
Số 298 Đường Cầu Diễn, P. Minh Khai – Q. Bắc Từ Liêm – Hà Nội  
ĐT: 024. 37655121                      Email: [dhcnhn@hau.edu.vn](mailto:dhcnhn@hau.edu.vn)  
Fax: 024. 37655261                      Web: [www.hau.edu.vn](http://www.hau.edu.vn)

**ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN**  
**TRÌNH ĐỘ ĐẠI HỌC**

Nội dung: Bóng rổ 1  
Mã học phần: PE6021

*Hà Nội, tháng 12 năm 2018*

**ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN****1. Thông tin về học phần**

Tên học phần (Tiếng Việt)	Bóng rổ 1
Tên học phần (Tiếng Anh)	Basketball 1
Mã học phần	PE6021
Số tín chỉ: TS(LT; ThH/TN; TL/BTL/ĐAMH/TT)	1(0,1,0)
Bộ môn (Khoa phụ trách)	TT GDTC&TT
Thuộc CTĐT	Tất cả chương trình đào tạo Đại học
Các học phần trước	
Các học phần tiên quyết	
Các học phần song hành	
Ngày ban hành	1/11/2018
Lần ban hành	1

**2. Giảng viên phụ trách học phần**

Trần Thị Nguyệt Minh, Phạm Quang Hợp – Bộ môn GDTC, TT GDTC&TT

**3. Mô tả tóm tắt học phần (Course description)**

Trang bị những kiến thức kỹ thuật cơ bản, khả năng thực hiện được một số động tác trong môn bóng rổ. Thông qua quá trình tập luyện, sinh viên sẽ rèn luyện được ý chí, lòng quyết tâm cũng như phát triển tốt các tố chất thể lực: sức mạnh, sức nhanh, sự khéo léo... Từ đó ngày càng hoàn thiện bản thân và hoàn thành tốt nhiệm vụ học tập

**4. Mục tiêu học phần (Course objectives)**

Mục tiêu (Goals)	Mô tả mục tiêu (Goal description)	Chuẩn đầu ra CTĐT
G1	Có kiến thức về kỹ thuật cơ bản của môn bóng rổ. Hiểu và phân biệt được các kỹ thuật bóng rổ ở mức độ nào so với quy chuẩn động tác thông qua việc hướng dẫn, phân tích của giảng viên và quan sát các tư liệu, hình ảnh minh họa, đặc biệt là quá trình luyện tập.	
G2	Có khả năng hình thành các động tác cơ bản và thực hiện linh hoạt các động tác đó. Với mục tiêu này, sinh viên sẽ được tăng cường tốt về thể lực, ý chí quyết tâm trong việc hoàn thành nhiệm vụ học tập	
G3	Có khả năng tăng cường và nâng cao tinh thần làm việc nhóm thông qua hoạt động tập luyện.	

**5. Chuẩn đầu ra của học phần (Learning Outcomes)**

Mục tiêu	Chuẩn đầu ra của HP	Mô tả chuẩn đầu ra của HP	Chuẩn đầu ra CTĐT	Mức độ (I/T/U)
G1	L1.1	Sinh viên hiểu, nắm bắt được kỹ thuật động tác và thực hiện được 1 cách tương đối thành thạo, có thể hình dung, tư duy về động tác khi không thực hiện. Có thể nhận biết, đá giá, so sánh (xấu, đẹp, phù hợp) với các bạn tập với nhau so với động tác mẫu.		I/T
G2	L2.1	Thông qua việc tập luyện, sinh viên rèn luyện được các kỹ thuật cơ bản qua đó tạo được tính tự giác, tích cực, góp phần hoàn thành tốt nhiệm vụ trong học tập cũng như sinh hoạt. Yêu cầu sinh viên phải có thái độ nghiêm túc, cần cù trong tập luyện, phải tham gia đầy đủ số buổi học theo quy định.		T/U
G3	L3.1	Sinh viên được tổ chức nhóm 2-3 em tập 1 bóng. Quá trình tập luyện nghiêm túc, tích cực dưới sự theo dõi, chỉnh sửa của giảng viên. Các nhóm trên phải phối hợp tốt trong các kỹ thuật bóng rổ cơ bản.		T/U

## 6. Nội dung, phương pháp dạy-học và đá giá

### 6.1. Nội dung tổng quát và phân phối thời gian

Nội dung	Thời gian tự học của SV (giờ)	Thời gian của học phần					Tổng số (giờ)
		Lý thuyết (giờ)		Thực hành/Thí nghiệm (giờ)	Tiểu luận/BTL/ĐaMH/TT (giờ)		
		Trên lớp (giờ)	Học trực tuyến (giờ)				
<b>Phần lý thuyết</b>							
Khái quát chung môn Bóng rổ.	04	02				02	
<b>Phần thực hành</b>							
<b>Bài I. Các kỹ thuật cơ bản.</b>							
Nội dung 1: Cách cầm bóng, kỹ thuật di chuyển	01			02		02	
Nội dung 2: Kỹ thuật chuyền bóng, bắt bóng bằng một tay, hai tay.	02			04		04	
<b>Bài II. Luật Bóng rổ. Kỹ thuật nhồi bóng, dẫn bóng.</b>							
Nội dung 1: Luật Bóng rổ	02			04		04	
Nội dung 2: Kỹ thuật nhồi bóng, dẫn bóng.	02			04		04	
<b>Bài III. Kỹ thuật ném rổ. Thực hành thi đấu.</b>							

Nội dung 1: Kỹ thuật ném rổ	02		04		04
Nội dung 2: Thực hành thi đấu.	04		08		08
Nội dung 3: Kiểm tra	01		02		02
<b>Tổng số giờ</b>	<b>18</b>	<b>02</b>	<b>28</b>		<b>30</b>

*Nội dung kiểm tra: Kỹ thuật ném rổ*

## 6.2. Nội dung, phương pháp và hoạt động dạy-học

TT	Nội dung	Phương pháp và hoạt động dạy-học chính	Chuẩn đầu ra của HP
<b>Phần lý thuyết</b>			
<b>Khái quát về môn bóng rổ.</b>			
	<b>Đặc điểm, lợi ích tác dụng môn bóng rổ. Lịch sử ra đời và phát triển môn bóng rổ trên thế giới và tại Việt Nam.</b>	<p>➤ Trên lớp: Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp: - Giới thiệu - Phân tích - Giảng giải Sinh viên (SV): Chú ý lắng nghe, ghi chép bài giảng. ➤ Về nhà: GV: Giao nhiệm vụ cho sinh viên nghiên cứu, tìm hiểu thêm về kiến thức chung môn bóng rổ. Giảng viên chuẩn bị hồ sơ, bài giảng cho buổi lên lớp tiếp theo. SV: Đọc bài cũ, tìm hiểu thêm tài liệu về môn bóng rổ. Nghiên cứu trước bài học tiếp theo.</p>	L1.1
<b>Phần thực hành</b>			
<b>Bài I. Các kỹ thuật cơ bản.</b>			
	<b>Nội dung 1: Cách cầm bóng, kỹ thuật di chuyển.</b>	<p>➤ Trên lớp: Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp: - Phân tích - Giảng giải - Thị phạm - Trực quan - Quan sát, sửa sai Sinh viên (SV): - Tập trung lắng nghe giảng viên phân tích - Chú ý quan sát kỹ các động tác làm mẫu của giảng viên. - Xem tranh ảnh động tác - Lắng nghe giảng viên sửa sai để khắc phục sai lầm</p>	L2.1

		<p>➤ Về nhà:</p> <p>GV: giao nhiệm vụ về nhà tập luyện các nội dung đã hướng dẫn và nghiên cứu nội dung tiếp theo. GV chuẩn bị hồ sơ giảng dạy cho buổi lên lớp kế tiếp.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học. Tìm hiểu trước về Kỹ thuật chuyên bóng, bắt bóng bằng một tay, hai tay.</p>	
	<p><b>Nội dung 2: : Kỹ thuật chuyên bóng, bắt bóng bằng một tay, hai tay.</b></p>	<p>➤ Trên lớp:</p> <p>Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Phân tích</li> <li>- Giảng giải</li> <li>- Thị phạm</li> <li>- Trực quan</li> <li>- Quan sát, sửa sai</li> </ul> <p>Sinh viên (SV):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tập trung lắng nghe giảng viên phân tích</li> <li>- Chú ý quan sát kĩ các động tác làm mẫu của giảng viên.</li> <li>- Xem tranh ảnh động tác</li> <li>- Lắng nghe giảng viên sửa sai để khắc phục sai lầm</li> </ul> <p>➤ Về nhà:</p> <p>GV: giao nhiệm vụ về nhà tập luyện các nội dung đã hướng dẫn và nghiên cứu nội dung tiếp theo. GV chuẩn bị hồ sơ giảng dạy cho buổi lên lớp kế tiếp.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học. Tìm hiểu trước một số điều luật cơ bản</p>	
<p><b>Bài II. Một số điều luật cơ bản. Kỹ thuật nhồi bóng, dẫn bóng.</b></p>			
	<p><b>Nội dung 1 Một số điều luật cơ bản</b></p>	<p>➤ Trên lớp:</p> <p>Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Phân tích</li> <li>- Giảng giải</li> <li>- Thị phạm</li> <li>- Trực quan</li> <li>- Quan sát, sửa sai</li> </ul> <p>Sinh viên (SV):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tập trung lắng nghe giảng viên phân tích</li> <li>- Chú ý quan sát kĩ các động tác làm mẫu của giảng viên.</li> <li>- Xem tranh ảnh động tác</li> <li>- Lắng nghe giảng viên sửa sai để khắc phục sai lầm.</li> </ul>	<p>L1.1</p>

		<p>➤ Về nhà:</p> <p>GV: giao nhiệm vụ về nhà tập luyện các nội dung đã hướng dẫn và nghiêm cứu các nội dung tiếp theo. GV chuẩn bị cho buổi lên lớp kế tiếp.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học. Tìm hiểu trước về Kỹ thuật nhồi bóng, dẫn bóng.</p>	
	<b>Nội dung 2: Kỹ thuật nhồi bóng, dẫn bóng.</b>	<p>➤ Trên lớp:</p> <p>Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Phân tích</li> <li>- Giảng giải</li> <li>- Thị phạm</li> <li>- Trực quan</li> <li>- Quan sát, sửa sai</li> </ul> <p>Sinh viên (SV):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tập trung lắng nghe giảng viên phân tích</li> <li>- Chú ý quan sát kĩ các động tác làm mẫu của giảng viên.</li> <li>- Xem tranh ảnh động tác</li> <li>- Lắng nghe giảng viên sửa sai để khắc phục sai lầm</li> </ul> <p>➤ Về nhà:</p> <p>GV: giao nhiệm vụ về nhà tập luyện các nội dung đã hướng dẫn và nghiêm cứu các nội dung tiếp theo. GV chuẩn bị cho buổi lên lớp kế tiếp.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học.</p>	L2.1
<b>Bài 3: Kỹ thuật ném rổ. Thực hành thi đấu.</b>			
	<b>Nội dung 1: Kỹ thuật ném rổ</b>	<p>➤ Trên lớp:</p> <p>Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Giới thiệu</li> <li>- Phân tích</li> <li>- Giảng giải</li> </ul> <p>Sinh viên (SV): Chú ý lắng nghe, ghi chép bài giảng.</p> <p>➤ Về nhà:</p> <p>GV: Giao nhiệm vụ về nhà đọc lại các tài liệu và nghiêm cứu các nội dung tiếp theo. GV chuẩn bị cho buổi lên lớp kế tiếp.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học.</p>	L2.1

	<p><b>Nội dung 2: Thực hành thi đấu.</b></p>	<p>➤ Trên lớp: Giảng viên (GV): Sử dụng phương pháp: - Phân tích - Giảng giải - Thị phạm - Trực quan - Quan sát, sửa sai</p> <p>Sinh viên (SV): - Tập trung lắng nghe giảng viên phân tích - Chú ý quan sát kĩ các động tác làm mẫu của giảng viên. - Xem tranh ảnh động tác - Lắng nghe giảng viên sửa sai để khắc phục sai lầm</p> <p>➤ Về nhà: GV: giao nhiệm vụ về nhà tập luyện các nội dung đã hướng dẫn. SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học.</p>	L3.1
--	--	--	------

### 6.3 Quy định đá giá học phần và các chuẩn đầu ra của học phần

Thứ tự	Đánh giá	Trọng số để tính điểm HP (%)	CDR được đánh giá	Hình thức đá giá	Điểm tối đa của CDR trong lần đánh giá	Trọng số để đánh giá theo CDR (%)
1	Cuối kỳ	50	L2.1	Thực hành	10	100
2	Chuyên cần	50				

\*Nội dung kiểm tra đánh giá kỹ thuật ném bóng vào rổ.

### 7. Sách, giáo trình và tài liệu tham khảo


- Lý luận và phương pháp thể dục thể thao, NXB TĐTT 2000.
- Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học, NXB TĐTT 2006.
- Giáo Trình bóng rổ, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
- Luật thi đấu bóng rổ, NXB TĐTT.

### 8. Đề cương chi tiết học phần tham khảo (nếu có)

TT GDTC&TT

Trưởng Bộ môn

Nhóm soạn thảo



Trần Xuân Kiên



Nguyễn Hoàng Dương



Trần Thị Nguyệt Minh