



**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: Cầu lông 1

Mã học phần: PE6025

*Hà Nội, tháng 12 năm 2018*

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

Tên học phần (Tiếng Việt)	Cầu lông 1
Tên học phần (Tiếng Anh)	Badminton 1
Mã học phần	PE6025
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**

Dương Sinh Tuấn, Vương Quốc Hưng - 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 cầu lông. 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 cầu lông. Hiểu và phân biệt được các kỹ thuật cầu lông 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, đánh 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 em, 4 em tập 1 cầu. 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 đánh cầu cơ bản.		T/U

## 6. Nội dung, phương pháp dạy-học và đánh 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)	Tiêu luận/BTL/ĐaMH/TT (giờ)		
		Trên lớp (giờ)	Học trực tuyến (giờ)				
<b>Phần lý thuyết</b>							
Khái quát chung môn Cầu lông.	04	02				06	
<b>Phần thực hành</b>							
<b>Bài I. Cách cầm vợt, cầm cầu. Tư thế chuẩn bị.</b>							
Nội dung 1: Cách cầm vợt, cầm cầu.	01			02		03	
Nội dung 2: Tư thế chuẩn bị.	01			02		03	
<b>Bài II. Kỹ thuật di chuyển và giao cầu.</b>							
Nội dung 1: Kỹ thuật di chuyển đơn bước, đa bước, nhảy bước.	02			04		06	
Nội dung 2: Kỹ thuật giao cầu	03			06		09	
<b>Bài III. Kỹ thuật tấn công cơ bản. Thực hành thi đấu.</b>							
Nội dung 1: Kỹ thuật tấn công:	02			04		06	

- Đánh cầu cao tay phải trái - Đánh cầu cao xa - Đập cầu - Treo cầu gần lưới - Bỏ nhỏ gần lưới						
Nội dung 2: Thực hành thi đấu.	04			08		12
Nội dung 3: Kiểm tra	01			02		03
<b>Tổng số giờ</b>	<b>18</b>	<b>02</b>		<b>28</b>		<b>48</b>

*\*Nội dung kiểm tra: kĩ thuật giao cầu.*

## 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 cầu lông.</b>			
	<b>Nguồn gốc xuất xứ và xu thế phát triển của môn cầu lông trên thế giới và tại Việt Nam.</b>	> 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 cầu lông. 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 cầu lông. Nghiên cứu trước bài học tiếp theo.	
<b>Phần thực hành</b>			
<b>Bài 1: Cách cầm vợt, cầm cầu. Tư thế chuẩn bị.</b>			
	<b>Nội dung 1: Cách cầm vợt, cầm cầu.</b>	> 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 kĩ các động tác làm mẫu	L2.1

		<p>của giảng viên.</p> <ul style="list-style-type: none"> <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 về kĩ thuật chuẩn bị.</p>	
	<b>Nội dung 2: Tư thế chuẩn bị.</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 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 kĩ thuật Backhand.</p>	L2.1
<b>Bài 2: Kĩ thuật di chuyển.</b>			
	<b>Nội dung 1: Kĩ thuật di chuyển đơn bước, đa bước, nhảy bước.</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> </ul>	L2.1

		<ul style="list-style-type: none"> <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. Tìm hiểu trước về kĩ thuật giao cầu.</p>	
	<b>Nội dung 2: Kĩ thuật giao cầu.</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: Kĩ thuật tấn công cơ bản. Thực hành thi đấu.</b>			
	<b>Nội dung 1: Kĩ thuật tấn công cơ bản</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> </ul>	L3.1

		<ul style="list-style-type: none"> <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. Tìm hiểu trước về các điều luật cơ bản trong thi đấu.</p>	
	<b>Nội dung 2: Thực hành thi đấu.</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.</p> <p>SV: Nghiêm túc, tích cực ôn các nội dung đã học.</p>	L3.1

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

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

*\*Nội dung kiểm tra đánh giá phối hợp kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.*

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

- *Tổng cục TDTT (2006), Luật cầu lông, NXB TDTT.*
- *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao, NXB TDTT 2000.*
- *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học, NXB TDTT 2006.*

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

**TT GDTC&TT**



**Trần Xuân Kiên**

**Trưởng Bộ môn**



**Nguyễn Hoàng Dương**

**Nhóm soạn thảo**



**Dương Sinh Tuấn**