



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THÀNH ĐÔNG
Khoa: Ngoại Ngữ

ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN

Lần ban hành: 03

Giáo dục thể chất

Ngày ban hành: 20/06/2024

Trình độ đào tạo: Đại học

Số trang: 05

Ngành: Ngôn ngữ Trung Quốc

Mã số: 7220204

1. Thông tin chung

1.1. Thông tin về học phần

- Tên học phần: Tiếng Việt: GIÁO DỤC THỂ CHẤT ; Tiếng Anh: Physical Education .	
- Mã số học phần: (Dành cho 03 học phần): 1. Giáo dục thể chất 1: PHE10071 2. Giáo dục thể chất 2: PHE20071 3. Giáo dục thể chất 3: PHE30071	
- Thuộc ngành/nhóm ngành: Các môn học chung	
- Thuộc khối kiến thức/kỹ năng: ☐ Kiến thức đại cương/chung ☐ Kiến thức cơ sở ngành ☐ Kiến thức ngành ☐ Học phần chuyên về kỹ năng chung ☒ Học phần điều kiện ☐ Kiến thức khác	
- Thuộc loại học phần: ☐ Bắt buộc ☐ Tự chọn	
- Số tín chỉ: 03 + Số tiết lý thuyết: 30 tiết; + Số tiết thực hành: 30 tiết. + Số tiết thực tế ngoài trường: Không + Số tiết dạy học dự án: Không + Số tiết tự học: Không	

- Điều kiện tham gia học phần: - Học phần tiên quyết: (ghi tên HP nếu có) - Học phần học trước: (ghi tên HP nếu có) - Học phần song hành: (ghi tên HP nếu có)		Mã số HP: (ghi MSHP) Mã số HP: (ghi MSHP) Mã số HP: (ghi MSHP)
- Yêu cầu của học phần (giảng viên ghi cụ thể các yêu cầu) - Thời gian người học có mặt tối thiểu các giờ học lý thuyết: 80%. - Thời gian người học có mặt tối thiểu các giờ học thực hành: 80%		
- Khoa phụ trách học phần: Khoa Khoa học cơ bản		

1.2. Thông tin về giảng viên

Giảng viên 1: Nguyễn Đức Tuấn

- Địa chỉ liên hệ: Khoa Khoa học cơ bản, Nhà A – Trường Đại học Thành Đông,
Số 3 – Vũ Công Đán, TP.Hải Dương, tỉnh Hải Dương
- Điện thoại 0914886619; Email: Tuan.nguyen1811@gmail.com

2. Mô tả học phần

Học phần Giáo dục thể chất là học phần điều kiện bắt buộc đối với tất cả sinh viên, để hoàn thành chương trình đào tạo. Mặc dù không được tính vào tổng số tín chỉ tích lũy cho toàn khóa, sinh viên cần hoàn thành học phần để được cấp Chứng chỉ Giáo dục thể chất.

Học phần nhằm cung cấp cho sinh viên kiến thức cơ bản về việc duy trì sức khỏe và thể lực. Nó tập trung vào việc cải thiện thể chất, cung cấp các kỹ thuật tập luyện đúng cách và khuyến khích thói quen lành mạnh suốt đời.

Nội dung chính bao gồm nguyên tắc giáo dục thể chất cơ bản, các kỹ thuật thể thao cụ thể và tầm quan trọng của việc tập luyện đối với sức khỏe thể chất và tinh thần.

3. Mục tiêu học phần (Course Objectives – COs)

- Học phần cung cấp cho sinh viên:**
 - Hiểu biết cơ bản về các khái niệm thể chất và tác động của nó đối với sức khỏe tổng thể.
 - Nhận thức về các phương pháp tập luyện và các bộ môn thể thao khác nhau để duy trì sức khỏe.
- Học phần rèn luyện cho sinh viên:**
 - Khả năng thực hiện các bài tập và kỹ thuật thể thao cơ bản một cách an toàn và hiệu quả.

- Năng lực xây dựng và duy trì một kế hoạch rèn luyện thể chất cá nhân.
- Phát triển kỹ năng làm việc nhóm và hợp tác thông qua các hoạt động thể thao.
- Học phần này giúp sinh viên rèn luyện **tinh thần tự chủ** và **tinh thần trách nhiệm** đối với việc duy trì thể lực và sức khỏe cá nhân, không chỉ trong học tập mà còn trong cuộc sống hàng ngày và công việc sau này.

4. Chuẩn đầu ra học phần (*Course Learning Outcomes - CLOs*)

Sau khi học xong học phần này người học phải đạt được các kiến thức và kỹ năng tối thiểu sau đây:

- **Chuẩn đầu ra về kiến thức:**

1. Giải thích được các nguyên tắc cơ bản của thể chất và tập luyện.
2. Nhận diện được các lợi ích của việc rèn luyện thể chất thường xuyên đối với sức khỏe lâu dài.

- **Chuẩn đầu ra về kỹ năng:**

1. Thực hiện được các bài tập thể chất cơ bản đúng kỹ thuật.
2. Xây dựng và duy trì được một kế hoạch rèn luyện thể chất cá nhân.
3. Áp dụng kỹ năng làm việc nhóm thông qua các hoạt động thể thao.
4. Thực hành các biện pháp phòng ngừa chấn thương và sơ cấp cứu trong các hoạt động thể chất.

- **Chuẩn đầu ra về năng lực tự chủ và tự chịu trách nhiệm:**

Thể hiện được tính tự giác trong việc duy trì hoạt động thể chất và áp dụng lối sống lành mạnh trong suốt quá trình học tập và làm việc.

5. Đánh giá học phần

Điểm môn học dựa trên kết quả học tập toàn diện của sinh viên trong suốt quá trình học tập, bao gồm các điểm thành phần:

Chuyên cần (CC);

Kiểm tra giữa kỳ (KTGK);

Thi kết thúc môn học (KTMH).

Điểm môn học = điểm CC (20%)+điểm KTGK (30%)+điểm thi KTMH (50%)

- Điểm môn học tính theo thang điểm 10 và làm tròn đến một chữ số thập phân.
- Điểm đạt tối thiểu là 5 điểm.

6. Nội dung và kế hoạch giảng dạy

Học phần Giáo dục thể chất được chia thành 3 phần, mỗi phần 1 tín chỉ. Cụ thể như sau:

6.1. Giáo dục thể chất 1

Số tín chỉ: 1 TC, gồm 10 tiết lý thuyết và 10 tiết thực hành.

Sinh viên chọn một trong những môn học: **Bóng đá 1/Bóng bàn 1/Đá cầu 1/Pickleball 1.**

6.2. Giáo dục thể chất 2

Số tín chỉ: 1 TC, gồm 10 tiết lý thuyết và 10 tiết thực hành.

Sinh viên chọn một trong những môn học: **Đá cầu 2/Cầu lông 1/Bóng bàn 2.**

6.3. Giáo dục thể chất 3

Số tín chỉ: 1 TC, gồm 10 tiết lý thuyết và 10 tiết thực hành.

Sinh viên chọn một trong những môn học: **Cầu lông 2/Bóng đá 2/Pickleball 2**

Nội dung các môn học

TT	Môn học	Mã môn học	Thời gian (Tiết)			
			Tổng số	Kiến thức	Kỹ năng	Kiểm tra
1	Bóng đá 1	BĐ 1	20	10	8	2
2	Bóng đá 2	BĐ 2	20	10	8	2
3	Bóng bàn 1	BB 1	20	10	8	2
4	Bóng bàn 2	BB 2	20	10	8	2
5	Đá cầu 1	ĐC 1	20	10	8	2
6	Đá cầu 2	ĐC 2	20	10	8	2
7	Pickleball 1	PB 1	20	10	8	2
8	Pickleball 2	PB 2	20	10	8	2

7. Điều kiện cấp chứng chỉ giáo dục thể chất

Sinh viên sẽ được công nhận hoàn thành Chương trình môn học Giáo dục thể chất trình độ Đại học và được cấp chứng chỉ Giáo dục thể chất theo quy định hiện hành khi có điểm môn học đạt từ 5 điểm trở lên của 03 môn học bất kỳ (01 môn thuộc Học phần 1 và 01 môn thuộc Học phần 2, 01 môn thuộc Học phần 3) thuộc Chương trình Giáo dục thể chất mà sinh viên đã đăng ký.

8. Điều kiện bảo lưu học phần giáo dục thể chất

Sinh viên gặp vấn đề về sức khỏe, có giấy xác nhận của cơ quan y tế hoặc bệnh viện, sẽ được xem xét bảo lưu học phần.

Sinh viên tham gia đội tuyển thể thao của trường, của quốc gia hoặc thi đấu thể

thao chuyên nghiệp có thể được miễn hoặc bảo lưu học phần.

9.Trường hợp xem xét miễn, giảm học phần giáo dục thể chất

Sinh viên có thể chất kém hoặc sức khỏe không tốt (có xác nhận cơ quan y tế thẩm quyền) vẫn phải hoàn thành học phần giáo dục thể chất,nhưng có thể được áp dụng phương pháp hoặc tiêu chuẩn đánh giá riêng.

10. Cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy

- Sân bóng đá: Sân bóng đá cỏ nhân tạo (4 sân đá 7 người)
- Sân bóng chuyền: 2 sân (1 sân bóng chuyền da, 1 sân bóng chuyền hơi)
- Sân Pickleball,Cầu lông,Đá cầu: 4 sân
- Bàn bóng bàn: 2 cái

Hải Dương, ngày tháng năm

Trưởng khoa

Giảng viên biên soạn

PGS, TS. Nguyễn Phước Nhuận

CN. Nguyễn Đức Tuấn