

TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỞ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
BAN CƠ BẢN

ĐỀ CƯƠNG MÔN HỌC

I. Thông tin tổng quát

- Tên môn học tiếng Việt: **Giáo dục thể chất 1** PEDU0201
- Tên môn học tiếng Anh: Physical Education 1
- Thuộc khối kiến thức/kỹ năng
 - Giáo dục đại cương Kiến thức chuyên ngành
 - Kiến thức cơ sở Kiến thức bổ trợ
 - Kiến thức ngành Đồ án/Khóa luận tốt nghiệp
- Số tín chỉ

Tổng số	Lý thuyết	Thực hành	Tự học
1.5 tín chỉ	5 tiết	40 tiết	45 tiết

- Phụ trách môn học
 - Bộ môn: Giáo dục thể chất
 - Giảng viên: Trình Quốc Trung
 - Địa chỉ email liên hệ: trung.tq@ou.edu.vn
 - Phòng làm việc: Phòng 502 số 35-37 Hồ Hảo Hớn, Phường Cô Giang, Quận 1

II. Thông tin về môn học

1. Mô tả môn học

Môn Giáo dục thể chất 1 thuộc khối kiến thức giáo dục đại cương trong chương trình đào tạo của tất cả các khoa. Môn học cung cấp những kiến thức cơ bản về Thể dục phát triển chung: Ý nghĩa tác dụng của thể dục đối với con người; các nội dung, phương pháp và hình thức tổ chức tập luyện, giúp sinh viên biết sử dụng bài tập thể dục làm phương tiện để rèn luyện nâng cao sức khỏe, khả năng phối hợp vận động và phát huy cái đẹp của cơ thể, hình thành tinh thần đồng đội.

2. Môn học điều kiện

STT	Môn học điều kiện	Mã môn học
1.	Môn tiên quyết	
	Không yêu cầu	
	Click here to enter text.	
2.	Môn học trước	
	Không yêu cầu	
	Click here to enter text.	

3.	Môn học song hành	
	Không yêu cầu	

3. Mục tiêu môn học

Sinh viên học xong môn học có khả năng:

Mục tiêu môn học	Mô tả	CĐR CTĐT phân bổ cho môn học
CO1	Có kiến thức chung về môn học: ý nghĩa, tác dụng, các phương pháp tập luyện, cách thức phòng tránh chấn thương trong tập luyện thể dục.	PLO2.2
CO2	Có kỹ năng vận động cơ bản trong môn Thể dục.	PLO7.2
CO3	Có kỹ năng làm việc nhóm.	PLO13.1
	Có khả năng học hỏi và phát triển bản thân	PLO13.2
	Hoàn thành công việc hiệu quả, đúng thời gian	PLO14.3

4. Chuẩn đầu ra (CĐR) môn học

Học xong môn học này, sinh viên làm được (đạt được):

Mục tiêu môn học	CĐR môn học (CLO)	Mô tả CĐR
CO1	CLO1.1	Trình bày được ý nghĩa, tác dụng, các phương pháp tập luyện, cách thức phòng tránh chấn thương trong tập luyện thể dục.
CO2	CLO2.1	Xây dựng được tổ hợp bài tập thể dục liên hoàn theo nhóm đúng yêu cầu về cấu trúc, phương hướng, biên độ và nhịp điệu.
CO3	CLO3.1	Hình thành được kỹ năng làm việc nhóm.
	CLO3.2	Xây dựng được ý thức tự giác tích cực, tinh thần đồng đội và hoàn thành công việc hiệu quả, đúng thời gian.

Ma trận tích hợp giữa chuẩn đầu ra của môn học và chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo

CLOs	PLO1	PLO2	PLO 7	PLO13	PLO14
CLO1.1		x							
CLO2.1					x				
CLO3.1								x	
CLO3.2								x	x

5. Học liệu

a. Giáo trình

[1] Trình Quốc Trung (chủ biên) 2019. *Tài liệu hướng dẫn học môn Thể dục*, Trường Đại học Mở TP HCM (Lưu hành nội bộ), TP HCM [53377]

b. Tài liệu tham khảo

[2] <http://v1.ou.edu.vn/bancoban/Pages/bo-mon-giao-duc-quoc-phong.aspx>

6. Đánh giá môn học

Thành phần đánh giá	Bài đánh giá	Thời điểm	CĐR môn học	Tỷ lệ %
(1)	(2)	(3)	(4)	
A1. Đánh giá quá trình	Đánh giá thái độ học tập dựa trên ghi nhận của giảng viên và ý kiến của sinh viên về: - Số buổi lên lớp - Thái độ, tinh thần học tập - Ý thức làm việc nhóm.	Tất cả các buổi học	CLO3.1 CLO3.2	20%
	Tổng cộng			20%
A2. Đánh giá giữa kỳ	Bài báo cáo thảo luận nhóm.	Buổi học thứ 6	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	30%
	Tổng cộng			30%
A3. Đánh giá cuối kỳ	Thực hành theo nhóm.	Buổi thứ 9	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	50%
	Tổng cộng			50%
Tổng cộng				100%

7. Kế hoạch giảng dạy

Tuần buổi học (1)	Nội dung (2)	CDR môn học (3)	Hoạt động dạy và học (4)						Bài đánh giá (5)	Tài liệu chính và tài liệu tham khảo (6)
			Tại nhà		Trên lớp		Thực hành trên lớp			
			Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết		
1	<p>Chương 1. Vị trí và tác dụng của môn Thể dục</p> <p>1.1 Vị trí, tác dụng môn Thể dục.</p> <p>1.2 Phương pháp tập luyện</p> <p>Chương 2. Phòng ngừa chấn thương trong TDTT.</p> <p>2.1. Ý nghĩa</p> <p>2.2. Nguyên nhân gây chấn thương.</p> <p>2.3. Biện pháp phòng tránh chấn thương.</p>	CLO1.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu.	5	<p>Giảng viên:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tổ chức lớp học. - Giới thiệu môn học. - Thuyết giảng, chia nhóm <p>Sinh viên: Nghe giảng.</p>	5			A1 A2 A3	[1] Chương 1, chương 2 [2]
2	<p>Chương 3. Đội hình đội ngũ.</p> <p>3.1. Khái niệm.</p> <p>3.2. Thuật ngữ</p> <p>3.3. Bài tập đội ngũ</p>	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu, thảo luận nhóm	5			<p>-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện.</p> <p>- Sinh viên: Nghe giảng, thực tập, thảo</p>	5	A1 A2 A3	[1] chương 3, [2]

Tuần buổi học (1)	Nội dung (2)	CDR môn học (3)	Hoạt động dạy và học (4)						Bài đánh giá (5)	Tài liệu chính và tài liệu tham khảo (6)	
			Tại nhà		Trên lớp		Thực hành trên lớp				
			Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết			
								luận.			
3	Chương 4. Thể dục phát triển chung. 4.1. Khái niệm. 4.2. Ý nghĩa. 4.3. Bài tập thể dục liên hoàn.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện. - Sinh viên: Nghe giảng, thực tập, thảo luận.	5	A1 A2 A3	[1] chương 4, [2]
4	Chương 4. Thể dục phát triển chung (tt). 4.4. Hướng dẫn biên soạn bài tập thể dục theo nhạc.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện. - Sinh viên: Nghe giảng, thực tập, thảo luận.	5	A1 A2 A3	[1] chương 4, [2]
5	Chương 4. Thể dục phát triển chung (tt). Sơ duyệt, nhận xét góp ý bài tập tự biên	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện. - Sinh viên:	5	A1 A2 A3	[1] chương 4, [2]

Tuần buổi học (1)	Nội dung (2)	CDR môn học (3)	Hoạt động dạy và học (4)						Bài đánh giá (5)	Tài liệu chính và tài liệu tham khảo (6)	
			Tại nhà		Trên lớp		Thực hành trên lớp				
			Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết			
	soạn của các nhóm.							Nghe giảng, thực tập, thảo luận.			
6	Ôn tập Kiểm tra giữa kỳ	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				- Giảng viên: Đánh giá bài thảo luận nhóm. - Sinh viên: Báo cáo thảo luận nhóm.	5	A1 A2 A3	[1] chương 4, [2]
7	Tổng duyệt và nhận xét, đánh giá bài tập của các nhóm.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện. - Sinh viên: Nghe giảng, thực tập, thảo luận.	5	A1 A3	[1] chương 4, [2]
8	Ôn tập	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Thuyết giảng; thị phạm động tác, hướng dẫn thảo luận, tập luyện. - Sinh viên: Nghe giảng,	5	A1 A3	[1] chương 4, [2]

Tuần buổi học (1)	Nội dung (2)	CDR môn học (3)	Hoạt động dạy và học (4)						Bài đánh giá (5)	Tài liệu chính và tài liệu tham khảo (6)	
			Tại nhà		Trên lớp		Thực hành trên lớp				
			Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết	Hoạt động học	Số tiết			
								thực tập, thảo luận.			
9	Thi kết thúc học phần.	CLO1.1 CLO2.1 CLO3.1 CLO3.2	Sinh viên đọc tài liệu. Sinh viên tập các động tác đã học, thảo luận nhóm	5				-Giảng viên: Đánh giá bài thi các nhóm theo Rubric, công bố điểm -Sinh viên: Thực hành theo nhóm bài thể dục phát triển chung.	5	A1 A3	[1], [2]

8. Quy định của môn học:

- Quy định về cấm thi: Vắng quá 20% buổi học sẽ bị cấm thi (theo Quy chế đào tạo ĐH hệ chính quy).

- Nội quy lớp học : Sinh viên phải mặc đồng phục thể dục của nhà trường, mang giày tập.

TRƯỞNG BỘ MÔN

(Đã ký)

Trình Quốc Trung

PHỤ TRÁCH BAN CƠ BẢN

(Đã ký)

Tạ Thị Lan Anh

GIẢNG VIÊN BIÊN SOẠN

(Đã ký)

Trình Quốc Trung

TRƯỞNG PHÒNG QLĐT