

BỘ NÔNG NGHIỆP  
VÀ PHÁT TRIỂN NÔNG THÔN  
**HỌC VIỆN NÔNG NGHIỆP VIỆT NAM**

**CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  
**Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

**CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO TRÌNH ĐỘ ĐẠI HỌC**  
**NGÀNH ĐÀO TẠO: TẤT CẢ CÁC NGÀNH**  
**CHUYÊN NGÀNH 1:.....**  
**CHUYÊN NGÀNH 2:.....**

**ĐỀ CƯƠNG CHI TIẾT HỌC PHẦN**  
**GT01016: GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐẠI CƯƠNG**  
**(GENERAL PHYSICAL EDUCATION)**

**I. Thông tin về học phần**

- Học kì:
- Tín chỉ: : **Tổng số tín chỉ (Lý thuyết: 10 – Thực hành: 20)**
- Giờ tín chỉ đối với các hoạt động học tập:
  - + Học lý thuyết trên lớp: 09 tiết
  - + Làm bài tập trên lớp: 01 tiết
  - + Thảo luận trên lớp: 01 tiết
  - + Tập luyện trên sân: 19 tiết
- Giờ tự học: 60 tiết (theo kế hoạch cá nhân hoặc hướng dẫn của giảng viên)
- Đơn vị phụ trách:
  - Bộ môn Giáo dục thể chất
  - Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao, Học viện Nông nghiệp Việt Nam - Trâu Quỳ - Gia Lâm - Hà Nội
- Học phần thuộc khối kiến thức:

Đại cương <input type="checkbox"/>		Chuyên ngành <input type="checkbox"/>					
Bắt buộc <input checked="" type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Cơ sở ngành <input type="checkbox"/>		Chuyên ngành <input type="checkbox"/>		Chuyên sâu <input type="checkbox"/>	
		Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>	Bắt buộc <input type="checkbox"/>	Tự chọn <input type="checkbox"/>

- Học phần học song hành: *Không*
- Học phần học trước: *Không*
- Học phần tiên quyết: *Không*
- Ngôn ngữ giảng dạy: tiếng Anh ☐ Tiếng Việt ☒

**II. Mục tiêu và kết quả học tập mong đợi**

**\* Mục tiêu:**

- Về kiến thức: Sinh viên hiểu và vận dụng được những kiến thức cơ bản về lịch sử Thể dục Thể thao (TDTT) và phong trào Olympic, Lý luận và phương pháp GDTC, Y-sinh học TDTT, Vệ sinh học TDTT, Tâm lý học TDTT; Hiểu được những kỹ thuật cơ bản về chạy cự ly trung bình.

- Về kỹ năng: Sinh viên có thể vận dụng kiến thức để học các môn thực hành và tự tập luyện nhằm đạt hiệu quả cao trong quá trình học tập; Sinh viên có thể tự tập luyện và hướng dẫn được người khác tham gia.

- Về năng lực tự chủ và trách nhiệm: Tự giác tích cực, chủ động trong học tập và rèn luyện; xây dựng thói quen vận động, tập luyện TDDT; rèn luyện thể chất và vận động, lôi cuốn người khác tham gia tập luyện thường xuyên. phát triển các tố chất thể lực trong quá trình học tập rèn luyện và lao động nghề nghiệp sau khi ra trường.

**\* Kết quả học tập mong đợi của học phần:**

Học phần đóng góp cho Chuẩn đầu ra sau đây của CTĐT theo mức độ sau: *(GV lấy từ ma trận)*

*I – Giới thiệu (Introduction); P – Thực hiện (Practice); R – Củng cố (Reinforce); M – Đạt được (Master)*

Mã HP	Tên HP	Mức độ đóng góp của học phần cho CĐR của CTĐT										
		CĐR1	CĐR2	CĐR3	CĐR4	CĐR5	CĐR6	CĐR7	CĐR8	CĐR9	CĐR10	CĐR11
GT01016	Giáo dục thể chất đại cương	I	P	P	R	R						

Ký hiệu	Kết quả học tập mong đợi (KQHTMD) của học phần Hoàn thành học phần này, sinh viên thực hiện được	CĐR của CTĐT
<b>Kiến thức</b>		
K1	Biết, nhớ (Remembering) những kiến thức cơ bản về lịch sử TDDT và phong trào Olympic, Lý luận và phương pháp GDTC, Y-sinh học TDDT, Vệ sinh học TDDT, Tâm lý học TDDT	CĐR1
K2	Hiểu (Understanding) được ý nghĩa của kỹ – chiến thuật cơ bản, một số phương pháp tổ chức tập luyện, thi đấu	CĐR3
K3	Ứng dụng, vận dụng (Applying) những kiến thức cơ bản về lịch sử TDDT và phong trào Olympic, Lý luận và phương pháp GDTC, Y-sinh học TDDT, Vệ sinh học TDDT, Tâm lý học TDDT vào thực tế	CĐR3
K4	Phân tích (Analyzing) các giai đoạn cụ thể của các kỹ thuật cơ bản, các phương pháp tổ chức tập luyện.	CĐR3,
K5	Đánh giá (Evaluating) được tính chính xác, tính hiệu quả, tính thẩm mỹ của kỹ thuật hay tổ hợp kỹ thuật trong các bài kiểm tra – thi kết thúc học phần	CĐR3, CĐR4, CĐR5
<b>Kỹ năng</b>		
K6	Làm được (Manipulation) Sinh viên có thể vận dụng kiến thức để học các môn thực hành và tự tập luyện nhằm đạt hiệu quả cao trong quá trình học tập;	CĐR2
K7	Làm chính xác (Precision), Sinh viên có thể tự tập luyện và hướng dẫn được người khác tham gia.	CĐR3
K8	Phối hợp (Articulation) được các bài tập tổ hợp các kỹ thuật theo thứ tự chính xác, nhịp nhàng và ổn định	CĐR3, CĐR4, CĐR5
<b>Thái độ</b>		
K9	Hình thành phẩm chất (Characterizing) đạo đức con người mới, có niềm tin, tư tưởng và thái độ tích cực.	CĐR3, CĐR4, CĐR5
<b>Năng lực tự chủ và trách nhiệm</b>		
K10	Về năng lực tự chủ và trách nhiệm: Tự giác tích cực, chủ động trong học tập và rèn luyện; xây dựng thói quen vận động, tập luyện TDDT; rèn luyện thể chất và vận động, lôi cuốn người khác tham gia tập luyện thường xuyên	CĐR3
K11	Vận động lôi cuốn người khác tham gia tập luyện thể chất thường xuyên	CĐR3, CĐR4, CĐR5

### **III. Nội dung tóm tắt của học phần** *(Không quá 100 từ)*0

**Mã GT01016.** Tên học phần Giáo dục thể chất đại cương (Tổng số tín chỉ 01: Tổng số tín chỉ lý thuyết 10 – Tổng số tín chỉ thực hành 20 – Tổng số tín chỉ tự học 02).

**Mô tả vắn tắt nội dung.** Sơ lược lịch sử TDTT và phong trào Olympic. Lý luận và phương pháp GDTC. Các biện pháp phòng ngừa, khắc phục chấn thương trong tập luyện và thi đấu. Kế hoạch tập luyện TDTT. Kiểm tra và tự kiểm tra y học. Phát triển thể lực chung, phát triển sức bền.

### **IV. Phương pháp giảng dạy và học tập**

#### **1. Phương pháp giảng dạy**

- Yêu cầu của giảng viên về điều kiện để tổ chức giảng dạy học phần như: giảng đường (sân vận động khô, ráo, thoáng mát, vệ sinh, an toàn...).
- Yêu cầu của giảng viên đối với sinh viên như: mặc quần áo đồng phục GDTC đúng quy định theo mùa, tài liệu học tập, đi giày thể thao phù hợp, sinh viên tham gia học tập trên lớp ít nhất 75% số tiết. Kiểm tra buổi thứ 10, thi buổi thứ 16...
- Tổ chức học tập theo nhóm (Group-based learning) GV tổ chức lớp học theo nhóm và chuẩn bị các nhiệm vụ học tập.
- Giảng dạy thông qua thực hành, tập luyện (Teaching through practical work) GV chuẩn bị các yêu cầu tập luyện, thực hành các kỹ chiến thuật, bài tập thể lực của môn học.

#### **2. Phương pháp học tập**

- Phương pháp học tập theo nhóm, mỗi nhóm nhận một nhiệm vụ học tập và cùng hợp tác để thực hiện
- SV thực hành lặp lại trên cơ sở phát huy và rèn luyện các khả năng cá nhân hoặc nhóm. Vận dụng kiến thức lý thuyết, phát hiện và giải quyết vấn đề trong thực tế tập luyện.
- Phương pháp tự học, tự rèn luyện, tập thể lực thông qua buổi học chính khoá và ngoại khoá.
- Phương pháp thi đấu để kiểm tra khả năng ứng dụng các kỹ chiến thuật, tâm lý và thể lực của bản thân.

### **V. Nhiệm vụ của sinh viên**

- Chuyên cần: Tất cả sinh viên tham dự học phần này phải có mặt trên lớp tối thiểu 75% số tiết theo quy định.
- Chuẩn bị cho bài giảng: Tất cả sinh viên tham dự học phần này phải đọc tài liệu tham khảo.
- Thảo luận: Tất cả sinh viên tham dự học phần này phải chuẩn bị ít nhất 1 vấn đề liên quan đến môn học cho buổi thảo luận phần lý thuyết chuyên môn trước khi vào kiểm tra giữa kỳ.
- Thực hành tập luyện: Tất cả sinh viên tham dự học phần này phải tham gia tập luyện ít nhất 12 buổi tập luyện trên lớp.
- Kiểm tra giữa kỳ: tất cả các sinh viên phải tham gia buổi kiểm tra giữa kỳ vào buổi thứ 10 của học phần.
- Thi cuối kì: tất cả các sinh viên phải tham gia buổi thi kết thúc học phần vào buổi thứ 16 của học phần.

### **VI. Đánh giá và cho điểm**

#### **1. Thang điểm: 10**

#### **2. Điểm cuối kì là điểm trung bình cộng của những điểm thành phần sau:**

- Điểm chuyên cần: 10 %
- Điểm quá trình/Điểm kiểm tra giữa kỳ: 30%
- Điểm kiểm tra cuối kì: 60%

(Lưu ý: theo quy định dạy và học)

### 3. Phương pháp đánh giá

Rubric đánh giá	KQHTMD được đánh giá	Trọng số (%)	Thời gian/Tuần học
<b>Đánh giá quá trình</b>			
Rubric 1. Tham dự lớp	K1, K2, K9, K11	10	15/15
Rubric 2. Kiểm tra giữa kỳ	K3, K4, K5, K6	30	10/15
<b>Đánh giá cuối kì</b>	K7, K8, K10	<b>60</b>	<b>16 (Ngoài giờ)</b>
Rubric 3: Chạy (nam 800m; Nữ 500m)	K7, K8, K10	<b>60</b>	<b>16 (Ngoài giờ)</b>

#### Rubric 1: Đánh giá tham dự lớp (chuyên cần và ý thức học tập)

Tiêu chí	Trọng số (%)	Tốt 100%	Khá 75%	Trung bình 50%	Kém 0%
Thái độ tham dự và kết quả bài thi	50	Luôn chú ý và tham gia tích cực, kết quả thi đạt $\geq 7$ điểm	Khá chú ý, có tham gia, kết quả thi đạt 5-6 điểm	Có chú ý, ít tham gia, kết quả thi đạt 3-4 điểm	Không chú ý/không tham gia, kết quả thi đạt $\leq 2$ điểm
Thời gian tham dự	50	15/15 buổi học	14/15 buổi học	13/15 buổi học	13/15 buổi học
Tổng	100	9-10 điểm	7-8 điểm	5-6 điểm	$\leq 4$ điểm

**Yêu cầu:** Thời gian học tập (có mặt trên lớp  $\geq 75\%$  tổng số tiết của môn học mới được tham gia thi cuối kỳ.

#### Rubric 2: Đánh giá kiểm tra (giữa kỳ)

- Hình thức: Trắc nghiệm 10 câu hỏi trong vòng 10 phút.
- Nội dung: Lí thuyết giáo dục thể chất đại cương kỹ thuật chuyên môn và điều luật cơ bản chạy cự ly trung bình ( Nữ : 500m; Nam 800m)

#### Rubric 3: Đánh giá thi kết thúc học phần

- Chạy cự ly trung bình (Nữ : 500m; Nam 800m).

(\*) **Thang điểm:**

Điểm	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nữ	>2'51''	2'41''-2'50''	2'31''-2'40''	2'21''-2'30''	2'11''-2'20''	2'10''-2'01''	2'00''-1'51''	1'50''-1'41''	1'40''-1'36''	<1'35''
Nam	>3'41''	3'31''-3'40''	3'21''-3'30''	3'11''-3'20''	3'01''-3'10''	3'10''-2'51''	2'50''-2'41''	2'40''-2'31''	2'30'-2'21''	<2'20''
<b>Tiêu chí</b>	Sinh viên thi chạy cự ly trung bình theo đúng Luật thi đấu Điền kinh của Tổng cục TDTT									

**Yêu cầu:**

- SV đủ điều kiện thi cuối kỳ có mặt trên lớp ít nhất 75% tổng số tiết của môn học;

- Đến đúng giờ ghi trong lịch, SV đến chậm 15 phút sau khi thi sẽ không được dự thi. Sinh viên không được dự thi kết thúc học phần sẽ không được thi ở các ca sau và nhận điểm thi là 0.

- Đeo thẻ SV trường hợp không có thẻ SV phải xuất trình giấy tờ tùy thân có dán ảnh (Giấy chứng minh nhân dân/Hộ chiếu/Giấy xác nhận là SV do Ban CTCT&CTSV cấp) nếu không có các giấy tờ trên không được dự thi.

- Đối với SV nhóm sức khỏe yếu, bệnh, tật có xác nhận của y tế Học viện và xác nhận của bệnh viện cấp quận, huyện trở lên, phải ***tham gia đầy đủ, tích cực các buổi học và thực tế theo dõi quá trình học tập của giảng viên thì áp dụng 1*** trong các hình thức sau:

- Với SV nhóm sức khỏe loại 4 và thể lực yếu (không mắc bệnh và tật) sẽ áp dụng bài thi chạy tùy sức hết cự ly thi, không tính thời gian;

- Với SV sức khỏe loại 5 ( mắc bệnh tim mạch, hô hấp...sau phẫu thuật và khuyết tật) có chỉ định của Bác sĩ không được hoạt động gắng sức sẽ làm Bài lý thuyết chuyên đề (Lấy từ ngân hàng đề thi của bộ môn). Nếu thực hiện đủ, đúng yêu cầu, điểm bài giữa kỳ từ  $\geq 5$  thì SV đạt **5 điểm thi cuối kỳ**.

#### **4. Các yêu cầu, quy định đối với học phần**

*Tham dự các bài thi:* Không tham gia bài thi giữa sẽ bị nhận điểm 0 (Không) và đánh giá vào điểm chuyên cần.

*Yêu cầu về đạo đức:* chấp hành đúng các quy định về tổ chức và kỷ luật giờ học, thảo luận, kiểm tra và thi. Thực hiện đúng các chuẩn mực đạo đức người học.

### **VII. Giáo trình/ tài liệu tham khảo**

#### **\* Sách giáo trình/Bài giảng:**

1. Bộ môn Giáo dục thể chất, Học viện Nông nghiệp Việt Nam (2017). Bài giảng Lý thuyết Giáo dục thể chất, Nhà xuất bản Đại học Nông nghiệp, Hà Nội.

#### **\* Tài liệu tham khảo khác:**

1. A.D.Nô-vi-cốp và L.P Mat-vê-ep (1980), Lý luận và PPGDTC, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội. *Người dịch:* Nguyễn Viết Hiếu – Đoàn Thao – Phạm Trọng Thanh và Lê Văn Lắm.

2. Đồng Văn Triệu (2011), Giáo trình rút gọn lý luận và PPGDTC.

3. Lưu Quang Hiệp *chủ biên* (2000), *Sách Y học TĐTT*, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội.

4. Lưu Quang Hiệp, (2001), *Sách Vệ sinh TĐTT*, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội.

5. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sách Sinh lý TĐTT*, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội.

6. Bộ Giáo dục và Đào tạo, Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch (2015), *Tài liệu học tập Lớp bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ cho giảng viên GDTC các cơ sở giáo dục đại học năm 2015*, Bắc Ninh.

7. Tổng cục TĐTT (2006), Sách điền kinh. Nhà xuất bản thể dục thể thao, Hà Nội.

8. Tổng cục TĐTT (2013), Luật thi đấu Điền kinh. Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà nội.

### **VIII. Nội dung chi tiết của học phần**

Tuần	Nội dung	KQHTMD của học phần
1	<b>Chương 1: Lịch sử TDTT và phong trào Olympic</b>	
	<b>A/ Các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sơ lược lịch sử phát triển TDTT trên thế giới và ở Việt Nam;</li> <li>- Phong trào Olympic cổ đại và hiện đại.</li> </ul> <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Giới thiệu khái quát môn học, các bài tập bổ trợ</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K1, K2, K3, K4
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nguồn gốc ra đời và quá trình phát triển phong trào TDTT</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K9, K10
1 đến 2	<b>Chương 2: Giáo dục thể chất trong trường đại học</b>	
	<b>A/ Các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Một số khái niệm; GDTC trong trường đại học;</li> <li>- Nhiệm vụ và yêu cầu học tập môn GDTC trong trường đại học , các hình thức GDTC;</li> <li>- Chương trình GDTC dành cho sinh viên chính quy Đại học Nông nghiệp Hà Nội, Những điểm cần chú ý khi tập luyện TDTT</li> </ul> <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật đánh tay, kỹ thuật chân, cách thở (phối hợp 3 kỹ thuật)</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhiệm vụ và chương trình GDTC dành cho sinh viên chính quy Đại học Nông nghiệp Hà Nội, Những điểm cần chú ý khi tập luyện TDTT</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K9, K10, K11
2 đến 3	<b>Chương 3: Lợi ích, tác dụng của tập luyện TDTT đối với sức khỏe</b>	
	<b>A/ Các nội dung chính trên lớp: (02 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Khái niệm và vị trí của sức khỏe;</li> <li>- Lợi ích và tác dụng của tập luyện TDTT đối với sức khỏe</li> </ul> <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (01 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cách phân phối sức, cách hồi phục</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (04 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sức khỏe và lợi ích tập luyện TDTT</li> <li>- Phát triển thể lực chung</li> </ul>	K9, K10, K11
3 đến 4	<b>Chương 4: Các phương pháp giáo dục thể chất</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Khái niệm phương pháp giáo dục thể chất</li> <li>- Phương pháp giáo dục thể chất</li> </ul> <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật chạy đường thẳng</li> <li>- Phát triển thể lực chuyên môn</li> </ul>	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10

Tuần	Nội dung	KQHTMD của học phần
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> - Phương pháp giáo dục thể chất - Phát triển thể lực chung	K9, K10, K11
4 đến 5	<b>Chương 5: Các nguyên tắc về phương pháp giáo dục thể chất</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> - Nguyên tắc tự giác tích cực; - Nguyên tắc trực quan; - Nguyên tắc thích hợp, cá biệt hóa; - Nguyên tắc hệ thống; - Nguyên tắc tăng dần các yêu cầu; - Mối quan hệ giữa các nguyên tắc <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> Kỹ thuật chạy đường vòng Phát triển thể lực chuyên môn	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> Các nguyên tắc trong tập luyện GDTC Phát triển thể lực chung	K9, K10
5 đến 6	<b>Chương 6: Giáo dục các tổ chất thể lực</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> - Các phương pháp giáo dục sức mạnh; - Các phương pháp giáo dục sức nhanh; - Các phương pháp giáo dục sức bền; - Giáo dục năng lực phối hợp vận động; - Giáo dục tổ chất mềm dẻo; - Mối tương quan giữa các tổ chất thể lực. <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. Phát triển thể lực chuyên môn	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> Cách tập luyện phát triển các tổ chất thể lực Phát triển thể lực chung	K9, K10
6 đến 7	<b>Chương 7: Chấn thương và vệ sinh tập luyện trong thể thao</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (03 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> - Chấn thương trong thể thao; - Vệ sinh tập luyện thể dục thể thao - Các yêu cầu về vệ sinh đối với địa điểm và dụng cụ tập luyện TDTT; - Các biện pháp vệ sinh hỗ trợ nhằm phục hồi và nâng cao sức khỏe và khả năng làm việc <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> - Kỹ thuật về đích - Phát triển thể lực chuyên môn	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (06 tiết)</b> Chấn thương và vệ sinh trong tập luyện Phát triển thể lực chung	K9, K10

Tuần	Nội dung	KQHTMD của học phần
7 đến 15	<b>Chương 8: Kế hoạch tập luyện TDTT</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (05 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> - Ý nghĩa và tầm quan trọng của kế hoạch tập luyện; - Hệ thống của kế hoạch tập luyện; - Những nguyên tắc cơ bản trong việc lập kế hoạch; - Phương pháp xây dựng kế hoạch tập luyện; - Đánh giá quá trình tập luyện. <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (04 tiết)</b> - Hoàn thiện kỹ thuật chạy cự ly trung bình. - Phát triển thể lực chuyên môn	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (10 tiết)</b> Xây dựng kế hoạch tập luyện Phát triển thể lực chung	K9, K10, K11
9 đến 15	<b>Chương 9: Kiểm tra và tự kiểm y học</b>	
	<b>Chương 10: Một số điều Luật Điền kinh Cơ bản</b>	
	<b>A/ Tóm tắt các nội dung chính trên lớp: (05 tiết)</b> <b>Nội dung GD lý thuyết: (01 tiết)</b> - Kiểm tra y học TDTT; - Tự kiểm tra y học. <b>Nội dung giảng dạy thực hành tập luyện: (02 tiết)</b> - Luật chạy cự ly trung bình <b>Thảo luận: (01 tiết)</b> <b>Kiểm tra giữa kỳ: (01 tiết)</b>	K3, K4, K5, K6, K7, K8, K10
	<b>B/ Các nội dung cần tự học ở nhà: (10 tiết)</b> Tự đánh giá, kiểm tra y học và luật chạy cự ly trung bình Phát triển thể lực chung	K9, K10, K11

#### IX. Yêu cầu của giảng viên đối với học phần

- Phòng học tập, sân tập: đường chạy an toàn, thoáng mát, vệ sinh...
- Phương tiện phục vụ giảng dạy: phòng học, đường chạy, đồng hồ, số đo... đạt tiêu chuẩn.
- Các phương tiện khác: đồng phục môn học giáo dục thể chất, giày thể thao phù hợp.
- E- learning (học trực tuyến): Máy tính kết nối mạng, đăng ký nhóm học trực tuyến theo Thời khóa biểu trực tuyến của Ban Quản lý đào tạo Học viện, Tài khoản MS Teams 365, (trong trường hợp thiên tai, dịch bệnh không thể đến trường).

Hà Nội, ngày 20 tháng 4 năm 2020

**TRƯỞNG BỘ MÔN**

**GIẢNG VIÊN BIÊN SOẠN**

**Nguyễn Văn Toàn**

**Nguyễn Xuân Cừ**

**GIÁM ĐỐC**

**GIÁM ĐỐC TRUNG TÂM**

**Nguyễn Đăng Thiện**

## PHỤ LỤC

### THÔNG TIN VỀ ĐỘI NGŨ GIẢNG VIÊN GIẢNG DẠY HỌC PHẦN

**Giảng viên phụ trách học phần** (*Chọn GV có trình độ tiến sĩ trở lên*)

Họ và tên: <b>Nguyễn Xuân Cừ</b>	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0915253547
Email: nxcu@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

#### **Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Nguyễn Đăng Thiện	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0913.006972
Email: ndthien@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

#### **Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Cao Hùng Dũng	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0982590053
Email: chdung@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

#### **Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Phan Thị Điều	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0932327272
Email: ptdieu@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Nguyễn Văn Toàn	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0913037480
Email: nvtoan@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Trần Văn Hậu	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0912093543
Email: tvhau@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Đặng Đức Hoàn	Học hàm, học vị: Tiến sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0963.921082
Email: ddhoan@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Lê Trọng Động	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0977.000880
Email: ltdong@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Nguyễn Thế Hân	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0973.051488
Email: nthanh@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdte.vnua.edu.vn">http://www.gdte.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Phạm Quốc Đạt	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0963.426555
Email: pqdat@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdtc.vnua.edu.vn">http://www.gdtc.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Nguyễn Anh Tuấn	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0966.217889
Email: natuan@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdtc.vnua.edu.vn">http://www.gdtc.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Nguyễn Tiến Tuấn	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0167.6333668
Email: nttuan@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdtc.vnua.edu.vn">http://www.gdtc.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: <b>Đào Quang Trung</b>	Học hàm, học vị: Thạc sỹ
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0988.533590
Email: dqtrung@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdtc.vnua.edu.vn">http://www.gdtc.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	

**Giảng viên phụ trách học phần**

Họ và tên: Cao Trường Giang	Học hàm, học vị: Cử nhân
Địa chỉ cơ quan: Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Trâu Quỳ – Gia Lâm – Hà Nội	Điện thoại liên hệ: 0657754317
Email: caotruonggiang@vnua.edu.vn	Trang web website của Trung tâm <a href="http://www.gdtc.vnua.edu.vn">http://www.gdtc.vnua.edu.vn</a>
Cách liên lạc với giảng viên: Gặp mặt trực tiếp trong giờ hành chính tại Bộ môn Giáo dục thể chất – Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao	