

ĐỀ CƯƠNG MÔN HỌC MÔN CẦU LÔNG

1. Số tín chỉ/đvht: 01 tc

- Lý thuyết: 00 tiết

- Thực hành: 30 tiết

2. Đối tượng học: Bậc học: Đại học, Cao đẳng

Ngành: Chuyên ngành: (nếu có)

Hệ: Chính quy

3. Điều kiện tiên quyết/song hành: Sinh viên đã học qua GDTC I

4. Mục tiêu/Kết quả học tập của môn học: Sau khi học xong môn học này, sinh viên sẽ có khả năng:

4.1. Về kiến thức:

- Nắm được kiến thức tổng quát về cầu lông;
- Nguyên lý các kỹ thuật cơ bản;
- Chiến thuật thi đấu cầu lông.

4.2. Về kỹ năng chuyên môn:

- Nắm vững kỹ thuật cơ bản môn cầu lông;
- Tổ chức tập luyện một số chiến thuật cơ bản trong đánh đơn và đánh đôi;
- Biết chỉ đạo, tổ chức thi đấu, thi đấu và trọng tài môn cầu lông.

4.3. Về thái độ và kỹ năng mềm:

- Giáo dục nhân cách, đạo đức thể thao, luôn có ý chí vượt khó khăn trong học tập cũng như trong cuộc sống;
- Giáo dục tình cảm, ý thức tập thể, tình đồng chí, đồng đội trong lớp và ngoài xã hội;
- Giáo dục đức tính khiêm tốn, học hỏi, tự giác trong học tập.

5. Nội dung môn học:

Chủ đề/bài học	Số tiết		
	Lý thuyết	Thực hành	HT khác
Sinh hoạt lớp, phát đề cương chi tiết. Giới thiệu sơ lược lịch sử môn Cầu lông.		2 tiết	
Kỹ thuật cầu lông cơ bản: + Tư thế chuẩn bị và cách cầm vợt, cầu. (02 tiết) + Kỹ thuật di chuyển cơ bản. (04 tiết) + Kỹ thuật giao cầu thuận (04), trái tay (02 tiết) + Kỹ thuật đánh cầu thấp tay (thuận, nghịch).		20 tiết	

(04 tiết)			
+ Kỹ thuật đánh cầu cao tay (thuận, nghịch), (04 tiết)			
+ Luật CL cơ bản (đánh đơn, đánh đôi) + Phương pháp trọng tài.		2 tiết	
Kiểm tra quá trình		4 tiết	
Ôn luyện và củng cố kỹ thuật đã học		2 tiết	

6. Đánh giá:**❖ Tiêu chuẩn đánh giá sinh viên**

- Điểm quá trình: 50%. (theo quy định hiện hành)
- Điểm kết thúc: 50%

❖ Nội dung đánh giá cuối môn học :

- Giao cầu thuận tay vào ô cuối sân (sân đơn). (10 quả)

Điểm	Yêu cầu
0,5	1 lần + trong khu quy định
1	1 lần + vào ô

+ **Ghi chú:** Vào ô (ô giao cầu theo luật, từ vạch cuối sân kéo lên 1m đối nam; 1,2m đối với nữ.). Trong khu quy định (ô giao cầu theo luật, từ khu vực 1 điểm của nam và nữ kéo lên lướt thêm 1m). **Sinh viên được 1 quả giao thử.**

7. Tài liệu học tập

- Giáo trình Cầu Lông (Sinh viên không chuyên) – Phạm Thái Phương – Trường Đại học Trà Vinh.
- Cầu lông cơ bản và nâng cao (2008) - NXB TDTT
- Các clip cầu lông trên trang web <http://www.youtube.com>
- Địa chỉ web <http://www.vnbadminton.com>

Trà Vinh, ngày 20 tháng 2 năm 2017

Bộ môn Giáo dục Thể chất

Trần Thị Thanh Huyền

Giảng viên biên soạn

Phạm Thái Phương

Giảng viên phản biện

Nguyễn Văn Năng