

Số: 1552/QĐ-ĐHNT

Khánh Hoà, ngày 08 tháng 10 năm 2025

QUYẾT ĐỊNH

Về việc ban hành Chương trình môn học Giáo dục thể chất (cập nhật)
của Trường Đại học Nha Trang

HIỆU TRƯỞNG TRƯỜNG ĐẠI HỌC NHA TRANG

Căn cứ Quyết định số 155/CP ngày 16/8/1966 của Hội đồng Chính phủ về việc thành lập và quy định nhiệm vụ, quyền hạn của Trường Thủy sản nay là Trường Đại học Nha Trang;

Căn cứ Luật Giáo dục đại học ngày 18/6/2012; Luật sửa đổi bổ sung một số điều của Luật Giáo dục đại học ngày 19/11/2018 và Nghị định số 99/2019/NĐ-CP ngày 30/12/2019 của Chính phủ quy định chi tiết và hướng dẫn thi hành một số điều của Luật sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Giáo dục đại học;

Căn cứ Thông tư 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học;

Căn cứ Nghị quyết số 32/NQ-ĐHNT ngày 03/12/2024 của Hội đồng trường Trường Đại học Nha Trang về việc ban hành Quy chế Tổ chức và hoạt động của Trường Đại học Nha Trang và Nghị quyết số 13/NQ-ĐHNT ngày 10/7/2025 của Hội đồng trường Trường Đại học Nha Trang về việc sửa đổi, bổ sung một số điều của Quy chế Tổ chức và hoạt động của Trường Đại học Nha Trang;

Căn cứ Quyết định số 173/QĐ-ĐHNT ngày 12/02/2025 của Hiệu trưởng Trường Đại học Nha Trang về việc ban hành Quy định mở ngành và phát triển chương trình đào tạo của Trường Đại học Nha Trang;

Theo đề nghị của Trường phòng Đào tạo Đại học và Trường BM Giáo dục thể chất.

QUYẾT ĐỊNH:

Điều 1. Ban hành kèm theo Quyết định này Chương trình môn học **Giáo dục thể chất** (cập nhật) của Trường Đại học Nha Trang.

Điều 2. Giao Bộ môn Giáo dục thể chất quản lý chương trình đào tạo này.

Điều 3. Chương trình đào tạo này áp dụng từ Khóa 68 trở đi.

Điều 4. Trưởng bộ môn Giáo dục thể chất và các ông/bà Trưởng đơn vị có liên quan chịu trách nhiệm thi hành Quyết định này./.

Nơi nhận:

- Như điều 4;
- Lưu VT, ĐTDH.

HIỆU TRƯỞNG



Quách Hoài Nam



CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT

(Kèm theo Quyết định số 1552 /QĐ-ĐHNT ngày 08 tháng 10 năm 2025
của Hiệu trưởng Trường Đại học Nha Trang)

I. THÔNG TIN CHUNG VỀ CHƯƠNG TRÌNH

a) Đơn vị được giao quản lý	Bộ môn Giáo dục thể chất
b) Tên chương trình	Giáo dục thể chất
c) Trình độ đào tạo	Đại học
d) Ngôn ngữ đào tạo	Tiếng Việt
e) Thời gian cập nhật	10/2025

II. MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH

2.1. Mục tiêu chung

Chương trình môn học Giáo dục thể chất nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen tập luyện thể dục, thể thao để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, hoàn thiện nhân cách, nâng cao khả năng học tập, kỹ năng hoạt động xã hội với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện.

2.2. Mục tiêu cụ thể

- PEO1: Có kiến thức khoa học cơ bản về Giáo dục thể chất, nhằm hình thành kỹ năng vận động cơ bản và khả năng tự rèn luyện thể lực;
- PEO2: Có kiến thức cần thiết về các môn thể thao, phát triển các kỹ năng vận động riêng biệt và thói quen tập luyện thể dục thể thao.

2.3. Ma trận tương thích giữa mục tiêu của chương trình (PEOs) với mục tiêu giáo dục của Trường (EOs)

Mục tiêu giáo dục của Trường (EOs)	Mục tiêu của CT (PEOs)	
	1	2
1. Bản lĩnh chính trị, ý thức trách nhiệm, đạo đức, thẩm mỹ và sức khỏe	x	x
2. Kiến thức nền tảng và chuyên sâu về nghề nghiệp		
3. Kỹ năng mềm và kỹ năng chuyên môn phù hợp với nghề nghiệp		
4. Khả năng nghiên cứu và ứng dụng khoa học - công nghệ		
5. Tinh thần lập nghiệp, khả năng tự học, sáng tạo và thích ứng với môi trường hoạt động nghề nghiệp		x

III. CHUẨN ĐẦU RA CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO

3.1. Chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo

Sau khi học xong chương trình Giáo dục thể chất, người học có những phẩm chất và năng lực sau:

1. PLO1: Vận dụng kiến thức khoa học cơ bản về giáo dục thể chất để phát triển thể lực và kỹ năng vận động cơ bản;
2. PLO2: Vận dụng kiến thức và kỹ năng các môn thể thao vào các hoạt động rèn luyện sức khỏe;
3. PLO3: Hình thành phẩm chất đạo đức, kỹ năng hoạt động xã hội với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện.

3.2. Ma trận tương thích giữa chuẩn đầu ra chương trình GDTC và chuẩn đầu ra của chương trình Giáo dục tổng quát

Chuẩn đầu ra CT GDTQ	Chuẩn đầu ra CT GDTC		
	1	2	3
1. Có lập trường chính trị tư tưởng, biết vận dụng lý luận chính trị, quân sự, pháp luật và các phương pháp rèn luyện sức khỏe để thực hiện nghĩa vụ công dân và phát triển cá nhân	x	x	x
2. Áp dụng được kiến thức nền tảng về khoa học tự nhiên, xã hội và nhân văn để giải quyết các vấn đề trong cuộc sống và tiếp cận các vấn đề thuộc lĩnh vực, ngành đào tạo			
3. Vận dụng kỹ năng tư duy sáng tạo và các kỹ năng mềm cần thiết khác để làm việc và tự học suốt đời; đạt năng lực ngoại ngữ tối thiểu bậc 3/6 theo Khung năng lực ngoại ngữ của Việt Nam; ứng dụng công nghệ thông tin cơ bản để tiếp cận giải quyết các vấn đề trong cuộc sống và công việc chuyên môn			x

IV. CẤU TRÚC CHƯƠNG TRÌNH

TT	Học phần	Số tín chỉ		
		Tổng	Bắt buộc	Tự chọn
1	GDTC Chung	1	1	-
2	Bơi lội 1	1	-	1
3	Bơi lội 2	1	-	1
4	Bóng đá 1	1	-	1
5	Bóng đá 2	1	-	1
6	Bóng chuyền 1	1	-	1
7	Bóng chuyền 2	1	-	1
8	Cầu lông 1	1	-	1
9	Cầu lông 2	1	-	1
10	Taekwondo 1	1	-	1
11	Taekwondo 2	1	-	1
12	Aerobic 1	1	-	1
13	Aerobic 2	1	-	1
14	Pickleball 1	1	-	1
15	Pickleball 2	1	-	1
Tổng số tín chỉ tích lũy		3	1	2

V. NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

5.1. Khung chương trình đào tạo

TT	Mã HP	Tên học phần	Nội dung	Số TC	Phân bố thời lượng (tiết)			
					LT	TH	KT	Tổng
Tổng số tín chỉ				3				
HP bắt buộc				1				
1.	PHE6000	GDTC chung	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Kỹ thuật và phương pháp tập luyện chạy cự ly ngắn – 60 mét; + Kỹ thuật và phương pháp tập luyện chạy cự trung bình (nam 1500 mét; nữ 800 mét); + Test thể lực: Nằm ngửa gập bụng, chạy con thoi 4 x 10m, bật xa tại chỗ, chạy tùy sức 5 phút; + Thực hiện các bài chạy cá nhân bằng App (Strava, Nike Run Club...) với yêu cầu tối thiểu 1500m/tuần cho nam, 800m/tuần cho nữ, duy trì đều đặn mỗi tuần trong suốt học phần;			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
			HP tự chọn			2		
2.	PHE6001	Bơi lội 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Kỹ thuật bơi ban đầu (thở nước, làm nổi, lướt nước); + Kỹ thuật và phương pháp tập luyện kiểu bơi ếch; + Kỹ thuật và phương pháp bơi đứng (đứng nước).			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
			HP tự chọn			2		
3.	PHE6002	Bơi lội 2	Lý thuyết: Phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài, công tác an toàn, phòng ngừa chấn thương trong bơi lội.	1	4			26
			+ Kỹ thuật và phương pháp tập luyện kiểu bơi Trườn sấp; + Kỹ thuật xuất phát, quay vòng; + Kỹ thuật và phương pháp bơi cứu đuối (tháo gỡ và bơi dìu người đuối vào bờ).			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
			HP tự chọn			2		
4.	PHE6003	Bóng đá 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Thực hiện được kỹ thuật di chuyển; + Thực hiện được kỹ thuật tâng bóng bằng mu bàn chân; + Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; + Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân, má ngoài, mu bàn chân;			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
			HP tự chọn			2		
5.	PHE6004	Bóng đá 2	Lý thuyết: Vận dụng được kiến thức về p.pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng đá sân 5, 7, 11.		4			26
			+ Vận dụng được kiến thức về chấn thương trong luyện tập và thi đấu thể thao;			20		

TT	Mã HP	Tên học phần	Nội dung	Số TC	Phân bố thời lượng (tiết)			
					LT	TH	KT	Tổng
			+ Thực hiện được các động tác kỹ thuật nâng cao môn bóng đá; + Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân; + Thực hiện được kỹ thuật sút bóng bằng mu chính diện; + Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng kết hợp kỹ thuật sút bóng bằng mu chính diện.					
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
6.	PHE6005	Bóng chuyền 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng; + Thực hiện được kỹ thuật đệm bóng; + Thực hiện được kỹ thuật phát bóng (cao tay, thấp tay).			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
7.	PHE6006	Bóng chuyền 2	Lý thuyết: Vận dụng tri thức cơ bản về lịch sử phát triển, về ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện và thi đấu trong môn thể thao bóng chuyền.		4			26
			+ Thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng bước 2; + Thực hiện được kỹ thuật chuyền bóng bước 1; + Thực hiện được kỹ thuật đập, chắn bóng; + Biết được phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng chuyền.			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
8.	PHE6007	Cầu lông 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Thực hiện được động tác kỹ thuật đánh cầu và tiếp xúc cầu; + Thực hiện kỹ thuật di chuyển đánh cầu hợp lý; + Xử lý, sơ cứu chấn thương đơn giản khi tham gia tập luyện thể thao; + Thực hiện được 5 chỉ tiêu phát triển thể lực chung: Nằm ngửa gập bụng, bật xa tại chỗ, chạy 30m XPC (xuất phát cao), chạy 4x10m, chạy tùy sức 5 phút để kiểm tra thể lực và kỹ thuật di chuyển đánh cầu.			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
9.	PHE6008	Cầu lông 2	Lý thuyết: Nắm vững ý nghĩa, tác dụng của các kỹ thuật đánh cầu để tập luyện và hình thành thói quen.		4			26
			+ Thực hiện kỹ thuật di chuyển đơn bước, đa bước phù hợp với tình huống đánh cầu; + Thực hiện được động tác kỹ thuật đánh cầu và tiếp xúc cầu; + Xử lý, sơ cứu chấn thương đơn giản khi tham gia tập luyện thể thao;	1		20		

TT	Mã HP	Tên học phần	Nội dung	Số TC	Phân bố thời lượng (tiết)			
					LT	TH	KT	Tổng
			+ Thực hiện được các phát triển thể lực chung và chuyên môn: Nằm ngửa gập bụng, nằm sấp chống đẩy (hít đất), chạy 4x10m, chạy tùy sức 5 phút, kỹ thuật di chuyển đa bước đánh cầu.					
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
10.	PHE6009	Taekwondo 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Thực hiện được những đòn đánh tương đối chính xác và hiệu quả; + Thực hiện kỹ thuật động tác bài quyền số 1 theo hướng sáng tạo và phát huy sở trường của người học khi thi kết thúc học phần môn võ Taekwondo; + Hình thành thói quen về ý thức tự giác học tập, tính kiên trì, thái độ tích cực nghiên cứu và nghiêm túc học tập nhằm giúp các em yêu thích hơn môn học này.			20		
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
11.	PHE6010	Taekwondo 2	Lý thuyết: + Vận dụng được kiến thức về chấn thương trong luyện tập và thi đấu thể thao; + Thực hiện được một vài kỹ thuật nâng cao trong môn Võ Taekwondo; + Thực hiện được một vài đòn thế tự vệ trong đời sống; + Vận dụng được kiến thức phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài võ Taekwondo phong trào.	1	4			26
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
12.	PHE6011	Aerobic 1	Lý thuyết nhập môn + Thực hiện được động tác kỹ thuật của 7 bước cơ bản và, nhóm độ khó; + Thực hiện được phương pháp tập luyện môn Aerobic; + Biết được một số điều cơ bản về chọn nhạc, phòng chống chấn thương; + Biết được quy tắc kết hợp 7 bước cơ bản, kết hợp với tay tạo thành các vũ đạo mẫu.	1	4			26
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
13.	PHE6012	Aerobic 2	Lý thuyết nhập môn + Thực hiện hoàn thiện được 1 bài thể dục aerobic theo đúng luật thi đấu; + Thực hiện được p.pháp tập luyện môn Aerobic; + Thực hiện một số điều cơ bản về chọn nhạc, xây dựng động tác, thực hiện vũ đạo hoàn thiện trên nền nhạc, phòng chống chấn thương; + Biết được luật Aerobic, phương pháp tổ chức thi đấu các nội dung của lứa tuổi.	1	4			26

TT	Mã HP	Tên học phần	Nội dung	Số TC	Phân bố thời lượng (tiết)			
					LT	TH	KT	Tổng
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
14.	MIE6013	Pickleball 1	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Sinh viên thực hiện đúng các kỹ thuật động tác cơ bản của Pickleball, phát triển thể lực và các năng lực vận động; + Thực hiện kỹ thuật di chuyển đánh bóng hợp lý; + Xử lý, sơ cứu chấn thương đơn giản khi tham gia tập luyện; + Thực hiện được 2/5 chỉ tiêu phát triển thể lực chung: Nằm ngửa gập bụng, chạy 4x10m để kiểm tra thể lực; + Kỹ thuật giao bóng.					
			Kiểm tra giữa kỳ				2	
15.	MIE6014	Pickleball 2	Lý thuyết nhập môn	1	4			26
			+ Nắm vững ý nghĩa, tác dụng của các kỹ thuật đánh bóng để tập luyện và hình thành thói quen; + Thực hiện kỹ thuật di chuyển phù hợp với tình huống đánh bóng; + Áp dụng động tác kỹ thuật đánh bóng để thực hiện chiến thuật trong thi đấu môn Pickleball; + Thực hiện kỹ thuật drop bóng thuận và nghịch tay, kỹ thuật volley bóng thuận tay; + Thực hiện được các test thể lực chung và chuyên môn: nằm sấp chống đẩy (hít đất), nhảy dây.					
			Kiểm tra giữa kỳ				2	

5.2 Ma trận thể hiện sự đóng góp của Học phần để đạt được Chuẩn đầu ra

TT	Tên học phần	Số TC	Mức tương thích với Chuẩn đầu ra (PLOs)			Tổng
			PLO1	PLO2	PLO3	
1	Giáo dục thể chất chung	1	M	M	R	1R+2M
2	Bơi lội 1	1	2M	2M	2R	2R+4M
3	Bơi lội 2	1				
4	Bóng đá 1	1				
5	Bóng đá 2	1				
6	Bóng chuyền 1	1				
7	Bóng chuyền 2	1				
8	Cầu lông 1	1				
9	Cầu lông 2	1				
10	Taekwondo 1	1				
11	Taekwondo 2	1				
12	Aerobic 1	1				
13	Aerobic 2	1				
14	Pickleball 1	1				
15	Pickleball 2	1				
Tổng			3M	3M	3R	3R+6M

Ghi chú: - R (Reinforced): Học phần mang tính củng cố, hỗ trợ một phần CDR

- M (Master): HP hỗ trợ thuần thục CDR (là các HP cốt lõi phục vụ CDR)

5.3. Mô tả vắn tắt học phần

TT	Tên học phần	Mô tả vắn tắt học phần	Đáp ứng CDR
1.	Giáo dục thể chất chung	- Học phần GDTC chung trang bị cho sinh viên kiến thức và kỹ năng cơ bản về các nội dung trọng tâm của môn Điền Kinh như chạy cự ly ngắn (60m) và chạy cự ly trung bình (nam: 1500m; nữ: 800m). Thông qua hình thức học lý thuyết kết hợp thực hành, người học sẽ hiểu và thực hiện được kỹ thuật chạy, phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu và phòng tránh chấn thương. - Thông qua việc luyện tập Điền Kinh, sinh viên không chỉ phát triển sức nhanh, sức bền, sức mạnh, khả năng phối hợp và sự dẻo dai, mà còn được rèn luyện tinh thần kỷ luật, ý chí, lòng kiên trì và thái độ tích cực trong học tập và cuộc sống. Ngoài ra, học phần hướng đến việc hình thành thói quen rèn luyện thể chất thường xuyên, qua đó góp phần bảo vệ và tăng cường sức khỏe, phòng chống các bệnh học đường, cải thiện hiệu quả học tập cũng như chất lượng sống. - Đặc biệt, học phần có tích hợp công nghệ thông tin, ứng dụng các phần mềm như Strava, Nike Run Club, vào từng tuần nhằm hỗ trợ người học ghi nhận dữ liệu luyện tập, theo dõi tiến bộ và đánh giá kết quả của bản thân một cách khách quan. Đây là một bước tiếp cận hiện đại, phù hợp với xu thế chuyển đổi số trong giáo dục thể chất hiện nay.	PLO1, PLO2, PLO3
2.	Bơi lội 1	- Học phần Bơi lội 1 trang bị cho người học những kiến thức cơ bản về lịch sử phát triển, lợi ích, tác dụng của việc tập luyện môn Bơi lội. - Trang bị cho người học những động tác kỹ thuật bơi ban đầu, kỹ thuật và phương pháp tập luyện kiểu bơi Éch, - Trang bị cho người học động tác kỹ thuật của kiểu bơi đứng (đứng nước) - Biết cách tổ chức thi đấu, trọng tài môn bơi lội. Nhằm làm cho sinh viên nhận thức được tác dụng của bơi lội, từ đó vận dụng vào thực tiễn công việc và đời sống	PLO1, PLO2, PLO3
3.	Bơi lội 2	- Học phần Bơi lội 2 trang bị cho người học kỹ thuật và phương pháp tập luyện kiểu bơi Trườn sấp, - Kỹ thuật xuất phát và quay vòng. - Biết được kiến thức cơ bản và phương pháp cứu đuối, - Nhằm làm cho sinh viên nhận thức được tác dụng của bơi lội, từ đó vận dụng vào thực tiễn công việc và đời sống	PLO1, PLO2, PLO3
4.	Bóng đá 1	- Học phần sẽ trang bị cho người học những kiến thức cơ bản về lịch sử hình thành và phát triển môn bóng đá trên thế giới và Việt Nam. Những lợi ích, tác dụng của việc tập luyện môn bóng đá đem lại cho người học. - Trang bị cho người học những động tác kỹ thuật cơ bản của bóng đá. Nhằm giúp người học nhận thức được tác dụng của việc tập luyện TDTT với bản thân cũng như áp dụng vào công việc, học tập và đời sống hằng ngày.	PLO1, PLO2, PLO3

TT	Tên học phần	Mô tả vắn tắt học phần	Đáp ứng CDR
5.	Bóng đá 2	- Học phần sẽ trang bị cho người học những động tác kỹ thuật nâng cao của bóng đá, biết được cơ bản các phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài, và một số cách thức xử lý khi gặp chấn thương trong luyện tập và thi đấu các môn thể thao. - Nhằm giúp người học nhận thức được tác dụng của việc tập luyện TDDT với bản thân cũng như áp dụng vào công việc, học tập và đời sống hằng ngày.	PLO1, PLO2, PLO3
6.	Bóng chuyền 1	- Nội dung Bóng chuyền, được đưa vào trường học nhằm mục đích tăng cường thể chất cho sinh viên. Ảnh hưởng và tác dụng của việc luyện tập TDDT. Lịch sử ra đời, sự phát triển của môn bóng chuyền. - Những nguyên lý kỹ thuật cơ bản môn bóng chuyền. Hiện nay các nội dung Bóng chuyền, được đưa vào đào tạo giáo dục thể chất tự chọn và đem lại hiệu quả cao trong công tác giáo dục thể chất trong nhà trường.	PLO1, PLO2, PLO3
7.	Bóng chuyền 2	- Sau khi học xong học phần sinh viên nắm được những kiến thức cơ bản, Vị trí, tác dụng, nguyên lý về các kỹ thuật cơ bản. Hệ thống các kỹ thuật cơ bản. - Chiến thuật thi đấu bóng chuyền. Các nguyên tắc và phương pháp tập luyện. Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng chuyền.	PLO1, PLO2, PLO3
8.	Cầu lông 1	- Cầu lông là môn thể thao mang tính quần chúng rất cao. Khá nhiều người xem việc tập luyện môn cầu lông như bài tập thể dục. Tuy nhiên, để tập luyện môn cầu lông như môn thể thao thì cần phải được luyện tập kỹ càng từng bước với việc bắt đầu là học cách di chuyển, cách chọn điểm rơi của quả cầu và việc quan trọng nhất là việc thực hiện những kỹ thuật trong môn cầu lông sao cho hợp lý với từng bước di chuyển, từng tình huống cụ thể khi tham gia tập luyện cũng như trong thi đấu. - Khi tham gia học môn cầu lông việc truyền đạt từng động tác kỹ thuật thông qua những buổi lên lớp đến sinh viên, để sinh viên nắm bắt được kỹ thuật là điều mà giảng viên hướng dẫn mong muốn.	PLO1, PLO2, PLO3
9.	Cầu lông 2	- Thực hiện tiếp nối chương trình giảng dạy môn cầu lông 1, học phần cầu lông 2 giúp người học củng cố kỹ năng đã được học, bổ sung những kỹ năng mới nhằm đáp ứng cho người học có thể tập luyện và thi đấu môn cầu lông. - Học phần cầu lông 2 giúp người học nâng cao thể lực chung và chuyên môn. - Biết được cơ bản phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài và một số cách thức xử lý khi gặp chấn thương trong luyện tập và thi đấu.	PLO1, PLO2, PLO3
10.	Taekwondo 1	- Học phần cung cấp cho người học kiến thức về kỹ năng và phương pháp tư duy; Trình tự xây dựng luận điểm một cách hợp lý, sáng tạo và tin cậy; - Tri thức cơ bản về nguyên lý kỹ thuật: Đấm trung – Đá trước và các đòn Đỡ cơ bản trong bài quyền số 1 môn võ Taekwondo. - Giới thiệu tổng quan về tổ chức một giải đấu Taekwondo. - Nhằm giúp sinh viên nhận thức được ý nghĩa và tầm quan trọng về rèn luyện thể chất (nói chung), luyện tập môn võ Taekwondo (nói riêng) trong học tập và đời sống.	PLO1, PLO2, PLO3

TT	Tên học phần	Mô tả vắn tắt học phần	Đáp ứng CDR
11.	Taekwondo 2	- Học phần cung cấp cho người học kiến thức về kỹ năng và phương pháp tư duy; Trình tự xây dựng luận điểm một cách hợp lý, sáng tạo và tin cậy; - Nâng cao nguyên lý kỹ thuật các đòn thế và nội dung của môn võ Taekwondo. - Hiểu được công tác tổ chức một giải đấu Taekwondo và một số cách thức xử lý khi gặp chấn thương trong luyện tập và thi đấu các môn thể thao. Nhằm giúp sinh viên nhận thức được ý nghĩa và tầm quan trọng về rèn luyện thể chất (nói chung), luyện tập môn võ Taekwondo (nói riêng) trong học tập và đời sống.	PLO1, PLO2, PLO3
12.	Aerobic 1	- Học phần trang bị cho người học những kiến thức cơ bản về lịch sử phát triển môn thể dục Aerobic, lợi ích, tác dụng của việc tập luyện môn Aerobic. - Trang bị cho người học những động tác kỹ thuật ban đầu và phương pháp tập luyện. Thực hiện 7 bước cơ bản của thể dục Aerobic. Nhằm làm cho sinh viên nhận thức được tác dụng của aerobic, từ đó vận dụng vào thực tiễn công việc và đời sống.	PLO1, PLO2, PLO3
13.	Aerobic 2	- Học phần trang bị cho người học những kiến thức cơ bản trình tự xây dựng và biểu diễn bài thể dục aerobic, lợi ích, tác dụng của việc tập luyện môn Aerobic. - Trang bị cho người học những động tác kỹ thuật ban đầu và phương pháp tập luyện. Thực hiện kiến thức cơ bản và phương pháp xây dựng một bài hoàn chỉnh dựa trên nền nhạc, biết cách tổ chức thi đấu, trọng tài môn Aerobic. - Nhằm làm cho sinh viên nhận thức được tác dụng của aerobic, từ đó vận dụng vào thực tiễn công việc và đời sống.	PLO1, PLO2, PLO3
14.	Pickleball 1	- Pickleball là môn thể thao đối kháng dùng vợt, nó là sự pha trộn giữa tennis, bóng bàn và cầu lông mới được du nhập vào Việt Nam. Hiện nay, nhiều người xem việc tập luyện môn pickleball như bài tập thể dục hàng ngày. - Vì vậy, để tập luyện môn pickleball như môn thể thao thì cần phải được luyện tập kỹ càng từng bước với việc bắt đầu là học cách di chuyển, cách chọn điểm rơi của bóng và việc quan trọng nhất là việc thực hiện những kỹ thuật phối hợp sao cho hợp lý với từng bước di chuyển, từng tình huống cụ thể khi tham gia tập luyện môn thể thao này.	PLO1, PLO2, PLO3
15.	Pickleball 2	- Học phần Pickleball 2 giúp người học củng cố kỹ năng đã được học, bổ sung những kỹ năng mới dựa trên việc tiếp nối chương trình giảng dạy môn Pickleball 1, nhằm đáp ứng cho người học có thể tự tập luyện và thi đấu môn Pickleball. - Học phần Pickleball 2 giúp người học thực hiện được các kỹ thuật động tác nâng cao của Pickleball, phát triển thể lực và các năng lực vận động. Biết được cơ bản phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài và một số cách thức xử lý khi gặp chấn thương trong luyện tập và thi đấu.	PLO1, PLO2, PLO3

5.4. Cách thức đánh giá kết quả học tập

- Đánh giá theo năng lực cá nhân: các hoạt động thể chất không chỉ tập trung vào khả năng thi đấu hoặc thành tích đạt được mà còn đánh giá dựa trên sự cải thiện thể lực cá nhân, thái độ tham gia tập luyện, giúp sinh viên phát triển sức khỏe toàn diện.

- Thiết kế bài thi cuối kỳ linh hoạt nhằm thích ứng với năng lực, thể lực của từng sinh viên. Xây dựng thang điểm đánh giá cho nhóm sinh viên có sức khỏe yếu, hạn chế khả năng vận động như béo phì, các bệnh về tim mạch.

- Tăng cường ứng dụng CNTT, công nghệ AI trong hoạt động kiểm tra, đánh giá như chấm bài kiểm tra qua video sinh viên nộp trên NTU E-learning, đánh giá qua các app thông dụng trên điện thoại di động.

Theo quy chế đào tạo trình độ đại học và cao đẳng hiện hành của Trường Đại học Nha Trang. Các thành phần điểm đánh giá kết quả học tập cụ thể như sau:

TT	Điểm đánh giá	Trọng số (%)
1	Điểm chuyên cần/ Thái độ hành vi học tập	10
2	Điểm kiểm tra giữa kỳ	40
3	Điểm thi kết thúc học phần	50

VI. MIỄN GIẢM HỌC PHẦN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

1. Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy định về chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học. Miễn học tất cả các học phần môn học GDTC cho những sinh viên đã được công nhận hoàn thành môn học GDTC từ các trường đại học giảng dạy theo Thông tư trên.

2. Điều kiện miễn, giảm đặc biệt: Những sinh viên bị khuyết tật hoặc sức khỏe không đủ điều kiện học các nội dung trong chương trình quy định thì được xem xét miễn, giảm những nội dung không phù hợp với sức khỏe.

3. Miễn học một số học phần GDTC cho những sinh viên đã học các học phần GDTC trong những trường hợp chuyển trường.

4. Các sinh viên thuộc nhóm sức khỏe yếu có xác nhận của bác sĩ tại bệnh viện Tỉnh sẽ được giảm nhẹ thang điểm đánh giá trong học phần bắt buộc và học phần tự chọn

5. Các trường hợp đặc biệt khác do Hiệu trưởng trường Đại học Nha Trang quyết định.

6. Các thủ tục cần thiết để xét miễn học phần GDTC:

Sinh viên nộp đơn xin miễn học phần theo quy định của Nhà trường, 01 bản gốc giấy khám bệnh của bệnh viện, một bản kết quả học tập các môn học GDTC đã học về Bộ môn GDTC để xem xét giải quyết.

VII. HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN VÀ TỔ CHỨC CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO

Thực hiện kế hoạch đào tạo của nhà trường mỗi năm học, Nhà trường tổ chức 3 học kỳ, bao gồm hai học kỳ chính và một học kỳ hè.

Nhà trường công bố kế hoạch học tập của cả năm học trước khi năm học mới bắt đầu.

Căn cứ kế hoạch học tập theo từng năm học/học kỳ và kế hoạch đào tạo theo thời gian của chương trình đào tạo, Bộ môn GDTC và Cố vấn học tập tư vấn sinh viên đăng ký học phần bắt buộc và lựa chọn các học phần tự chọn phù hợp.

- Chương trình các môn học GDTC được xây dựng gồm 3 học phần, mỗi học phần là có thời lượng 01 TC, với số tiết 26, cụ thể:

- Học phần 1: Giáo dục thể chất chung, gồm 4 tiết lý thuyết và 22 tiết thực hành.
- Học phần 2: Học phần tự chọn, gồm 4 tiết lý thuyết và 22 tiết thực hành.
- Học phần 3: Học phần tự chọn, gồm 4 tiết lý thuyết và 22 tiết thực hành.

Trong đó:

+ Học phần 1 là học phần bắt buộc, bao gồm thể dục tay không, các tổ chất phát triển thể lực chung: nhanh, mạnh, bền, khéo léo được quy định trong Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD&ĐT về đánh giá thể lực cho học sinh, sinh viên. Hằng năm dựa vào kế hoạch đào tạo chung của nhà trường, Bộ môn GDTC sẽ xây dựng kế hoạch học tập cho học phần bắt buộc.

+ Học phần 2, 3 là học phần tự chọn, sinh viên lựa chọn một môn thể thao yêu thích để theo học cả ở hai học phần bao gồm: bóng đá, bóng chuyền, bơi lội, cầu lông, võ thuật (Taekwondo), Aerobic (thể dục nhịp điệu), Pickleball.

Học phần 2, 3 được thiết kế theo hướng phát huy năng lực, sở thích, sở trường của mỗi sinh viên.

Ví dụ: SV đã chọn học phần 2 là Bóng đá 1 (cơ bản) thì tiếp tục học học phần 3 là Bóng đá 2 (nâng cao) và tương tự các học phần tự chọn khác.

+ Trong trường hợp sinh viên muốn chuyển đổi các học phần tự chọn thì phải hoàn thành học phần tiên quyết. Ví dụ: sinh viên đã hoàn thành học phần bóng đá 1, muốn chuyển sang Bơi lội thì phải hoàn thành bơi lội 1 và bơi lội 2... Tương tự áp dụng cho các học phần tự chọn khác.

+ Chương trình môn học GDTC mới phù hợp với năng lực cá nhân sẽ được áp dụng bắt đầu từ khóa 68 trở về sau. Sinh viên khóa 67 trở về trước vẫn áp dụng chương trình cũ.

TỔ XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH



ThS. Nguyễn Hồ Phong

TRƯỞNG BỘ MÔN GDTC



ThS. Nguyễn Hồ Phong

HIỆU TRƯỞNG



Quách Hoài Nam