BỘ TÀI CHÍNH **TRƯỜNG ĐẠI HỌC** **TÀI CHÍNH – MARKETING** Số: 1289/KH-ĐHTCM	**CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** *Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 10 tháng 4 năm 2026*

KẾ HOẠCH

Tổ chức giảng dạy môn Giáo dục thể chất
học kỳ 2 năm 2026 cho sinh viên khóa tuyển sinh năm 2025

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

Môn học Giáo dục thể chất trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về kỹ năng, kỹ xảo vận động, nâng cao sức khỏe, thể lực; giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hóa tinh thần,... Góp phần nâng cao công tác giáo dục toàn diện trong sinh viên; giúp cho sinh viên có môi trường rèn luyện thể chất, đảm bảo sức khỏe để học tập chuyên ngành.

2. Yêu cầu

Sinh viên có trách nhiệm hoàn thành học phần Giáo dục thể chất (mỗi học phần đăng ký học phải đạt từ 5 điểm trở lên). Đây là điều kiện xét công nhận tốt nghiệp.

Trung tâm Giáo dục thể chất, các đơn vị chức năng và giảng viên phối hợp thực hiện nghiêm túc và hiệu quả.

II. ĐỐI TƯỢNG, QUY TRÌNH, PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC

1. Đối tượng

Sinh viên khóa tuyển sinh năm 2025 và sinh viên các khóa học trước chưa hoàn thành môn học Giáo dục thể chất (GDTC).

2. Quy trình

– Phòng Quản lý đào tạo thông báo đến các sinh viên khóa tuyển sinh năm 2025 lịch học môn GDTC, học kỳ 2 năm 2026.

– Trung tâm GDTC phân công giảng viên phụ trách lớp học phần theo dự kiến phân bổ lớp học phần từ Phòng Quản lý đào tạo.

3. Phương pháp tổ chức

3.1. Khối lượng giảng dạy 1 học phần

Khối lượng mỗi học phần (môn học): 30 tiết, mỗi tuần học 1 ca học (3 tiết), hoàn thành trong một học kỳ.

3.2. Số lượng sinh viên, thời gian phân bổ 1 ca học

Lớp học phần GDTC ở mỗi ca học đảm bảo số lượng từ 40 sinh viên/lớp. Thời gian học phân bổ như sau (ví dụ: Cho một lớp sáng và một lớp chiều, mỗi tuần học 3 tiết):

- Ngày
  - Sáng
    - 6g00 – 8g30: Ca 1
    - 8g30 – 11g00: Ca 2
  - Chiều
    - 13g00 – 15g30: Ca 3
    - 15g30 – 18g00: Ca 4

3.3. Phương án giảng dạy

– Lý thuyết và thực hành được giảng dạy trực tiếp tại các sân bãi, nhà thi đấu.

– Giáo án lên lớp hằng ngày kết hợp giữa lý thuyết và thực hành theo đúng khối lượng của chương trình.

– Số lượng lớp: Dự kiến 175 lớp (bao gồm 13 học phần: Điền kinh, Điền kinh cự ly trung bình, Bóng chuyền, Bóng rổ, Cầu lông, Bóng bàn, Thể dục nhịp điệu, Việt võ đạo, Muay Thái, Pickleball, Quần vợt, Thể hình, Golf).

III. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM

1. Thời gian: Từ ngày 11/5/2026 đến 18/7/2026 (10 tuần)

IV. Địa điểm: Trụ sở chính 778 Nguyễn Kiệm, cơ sở Tân Thuận; cơ sở Long Trường.

V. CÁC HỌC PHẦN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

STT	NỘI DUNG GIẢNG DẠY	KHỐI LƯỢNG
1	**HỌC PHẦN ĐIỀN KINH**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Vị trí tác dụng và Lịch sử, quá trình phát triển môn Điền kinh, các bài khởi động chung và chuyên môn Bài 2: Kỹ thuật chạy cự ly ngắn 100m Bài 3: Kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi Bài 4: Luật thi đấu môn Điền kinh, Phương pháp trọng tài – Phương pháp tổ chức thi đấu	
2	**HỌC PHẦN ĐIỀN KINH – CỰ LY TRUNG BÌNH**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Giới thiệu về nội dung chạy cự ly trung bình các bài tập khởi động chung và các bài tập khởi động chuyên môn Bài 2: Kỹ thuật chạy cự ly trung bình 800m Bài 3: Kỹ thuật chạy cự ly trung bình 1500m Bài 4: Luật thi đấu môn Điền kinh, chạy cự ly trung bình 800m và 1500m. Phương pháp trọng tài – Phương pháp tổ chức thi đấu	
3	**HỌC PHẦN BÓNG CHUYỀN**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Vị trí tác dụng và lịch sử phát triển môn bóng chuyền, Bài khởi động chung và khởi động chuyên môn trong tập luyện và thi đấu bóng chuyền; Tư thế chuẩn bị và di chuyển Bài 2: Lý luận và phương pháp thể dục thể thao Bài 3: Kỹ thuật chuyền bóng Bài 4: Kỹ thuật đệm bóng	

STT	NỘI DUNG GIẢNG DẠY	KHỐI LƯỢNG
	Bài 5: Kỹ thuật phát bóng	
4	**HỌC PHẦN BÓNG RỔ**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Lịch sử hình thành và phát triển môn bóng rổ, các bài tập khởi động chung và chuyên môn trong tập luyện và thi đấu bóng rổ Bài 2: Khái quát về kỹ thuật bóng rổ, các bài tập làm quen với bóng Bài 3: Kỹ thuật di chuyển trong tấn công và phòng thủ, kỹ thuật tại chỗ dẫn bóng và kỹ thuật di chuyển dẫn bóng theo đường thẳng Bài 4: Các kỹ thuật chuyền bắt bóng bằng hai tay Bài 5: Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai, kỹ thuật di động 2 bước ném rổ	
5	**HỌC PHẦN CẦU LÔNG**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Vị trí tác dụng và lịch sử phát triển môn cầu lông, các bài tập khởi động chung và các bài tập khởi động chuyên môn trong tập luyện và thi đấu Bài 2: Các nguyên lý kỹ - chiến thuật cơ bản, luật cầu lông; kỹ thuật cầm vợt, cầm cầu Bài 3: Kỹ thuật di chuyển: Kỹ thuật di chuyển đơn bước Bài 4: Kỹ thuật giao cầu: Kỹ thuật giao cầu thuận tay và trái tay Bài 5: Kỹ thuật tấn công: kỹ thuật đánh cầu phải cao tay (lốp cầu), đập cầu thuận tay, bỏ nhỏ cầu bay gần lưới Bài 6: Kỹ thuật phòng thủ: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải Bài 7: Phương pháp trọng tài – Phương pháp tổ chức thi đấu	
6	**HỌC PHẦN BÓNG BÀN**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Đặc điểm và tác dụng; Sơ lược lịch sử phát triển môn bóng bàn; Luật bóng bàn; Các bài khởi động chung và chuyên môn trong tập luyện và thi đấu bóng bàn Bài 2: Nguyên lý, Kỹ thuật các bước di chuyển và cách cầm vợt cơ bản Bài 3: Kỹ thuật giao bóng cơ bản Bài 4: Kỹ thuật tấn công: Kỹ thuật vụt bóng nhanh thuận tay, Kỹ thuật vụt bóng nhanh trái tay Bài 5: Kỹ thuật gò bóng	
7	**HỌC PHẦN THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Giới thiệu về môn thể dục nhịp điệu Bài 2: 7 bước cơ bản thể dục nhịp điệu Bài 3: Các bài tập hình thành tính nhịp điệu Bài 4: Sử dụng nhạc và phương pháp biên soạn bài Aerobic với nhạc; Đội hình di chuyển Bài 5: Xây dựng tháp và những kỹ thuật cơ bản trong 4 nhóm độ khó của Aerobic	
8	**HỌC PHẦN VOVINAM**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Vị trí tác dụng và lịch sử phát triển môn Vovinam, các bài tập khởi động chung và khởi động chuyên môn trong tập luyện và thi đấu Bài 2: Các nguyên lý kỹ thuật - chiến thuật cơ bản, hệ thống luật và đẳng	

STT	NỘI DUNG GIẢNG DẠY	KHỐI LƯỢNG
	cấp Vovinam Bài 3: Kỹ thuật sử dụng đòn tay: gạt cạnh tay, các lối đấm, chém cạnh tay, đánh chỏ; Tấn pháp và kỹ thuật sử dụng đòn chân: đá thẳng, đá tạt, đá đạp Bài 4: Tấn pháp và kỹ thuật sử dụng đòn chân: đá thẳng, đá tạt, đá đạp Bài 5: Bài khởi quyền Bài 6: Kỹ thuật khóa gỡ tự vệ: phản đòn khi bóp cổ trước số 1, bóp cổ trước số 2, nắm cổ áo số 1, nắm cổ áo số 2, ôm trước có tay Bài 7: Ban tổ chức, giám sát, trọng tài – Phương pháp tổ chức thi đấu và ôn lại bài cũ	
9	**HỌC PHẦN MUAY THÁI**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Vị trí tác dụng và lịch sử phát triển môn Muay thái, các bài tập khởi động chung và khởi động chuyên môn Bài 2: Nguyên lý kỹ - chiến thuật cơ bản; Luật thi đấu Bài 3: Kỹ thuật đứng tấn và đòn đấm Bài 4: Kỹ thuật đòn chân Bài 5: Kỹ thuật đánh chỏ và đánh gối Bài 6: Kết hợp kỹ thuật	
10	**HỌC PHẦN PICKLEBALL**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Nguồn gốc, lịch sử hình thành và phát triển môn Pickleball, hướng dẫn cách cầm vợt và một số bài tập cảm giác bóng, giới thiệu các bài tập khởi động chung và khởi động chuyên môn trong tập luyện và thi đấu Bài 2: Giới thiệu sơ nét các nguyên lý kỹ thuật môn Pickleball, luật chơi Pickleball cơ bản, kỹ thuật Dink (đánh bóng nhẹ trong khu vực bếp) Bài 3: Kỹ thuật giao bóng, kỹ thuật di chuyển Bài 4: Kỹ thuật tạt bóng Bài 5: Hướng dẫn công tác trọng tài và tổ chức thi đấu	
11	**HỌC PHẦN QUẦN VỢT**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Lịch sử hình thành và phát triển môn Quần vợt, các bài tập khởi động chung và chuyên môn trong tập luyện và thi đấu Quần vợt Bài 2: Các nguyên lý Kỹ - chiến thuật cơ bản, luật Quần vợt, kỹ thuật cầm vợt, Kỹ thuật đánh bóng thuận tay, Kỹ thuật đánh bóng trái tay bằng 2 tay Bài 3: Kỹ thuật bắt vô lê phải – trái Bài 4: Kỹ thuật giao bóng Bài 5: Phương pháp tổ chức thi đấu - Phương pháp trọng tài Quần vợt	
12	**HỌC PHẦN THỂ HÌNH**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Giới thiệu về môn Thể hình (Gym). Bài 2: Giới thiệu về nhóm cơ ngực Bài 3: Cơ vai Bài 4: Cơ Bụng Bài 5: Nhóm cơ đùi Bài 6: Nhóm cơ tay	
13	**HỌC PHẦN GOLF**	**30 TIẾT**
	Bài 1: Đặc điểm, tác dụng và lịch sử phát triển môn Golf; Luật Golf; Các	

STT	NỘI DUNG GIẢNG DẠY	KHỐI LƯỢNG
	bài khởi động chung và chuyên môn trong tập luyện và thi đấu Golf Bài 2: Luật Golf Bài 3: Nguyên lý kỹ thuật Golf. Cách Cầm gậy cơ bản Bài 4: Kỹ thuật đánh Swing (phát bóng) Bài 5: Kỹ thuật đánh Putting (gạt bóng)	

VI. TIẾN ĐỘ THỰC HIỆN

- 01/4/2026 – 10/4/2026: Lập kế hoạch trình Ban Giám hiệu phê duyệt.
- 27/4/2026: Kiểm tra cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy.
- 06/5/2026: Họp triển khai Kế hoạch.
- 11/5/2026: Triển khai giảng dạy học kỳ 2 năm 2026./.

Nơi nhận:
- Ban Giám hiệu;
- Các Phòng, Khoa, Viện quản lý SV;
- Lưu: VT, GDTC (01b).

KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÀI CHÍNH - MARKETING

Lê Trung Đạo