

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP TP.HCM  
TRUNG TÂM GDQP&TC

LỊCH DẠY MÔN GDTC KHỐI CAO ĐẲNG KHÓA 20 CHÍNH QUY NĂM HỌC 2019 - 2020

HKI: Từ 09/ 09/ 2019 đến 20/ 10/ 2019

HKII: Từ 30/ 12/ 2019 đến 01/ 03/ 2020

TUẦN	SÁNG	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 2		9/9	16/9	23/9	30/9	7/10	14/10		30/12	6/1	13/1		10/2	17/2	24/2
T.Triều	CĐKS20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Hải	CĐNH20A,B CĐHDDL20A	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	CHIỀU	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 2		9/9	16/9	23/9	30/9	7/10	14/10		30/12	6/1	13/1		10/2	17/2	24/2
T.Triều	CĐCK20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Lâm	CĐCK20C	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	SÁNG	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 3		10/9	17/9	24/9	1/10	8/10	15/10		31/12	7/1	14/1		11/2	18/2	25/2
T.Phuong	CĐQT20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Lâm	CĐQT20C	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Điền	CĐQT20D	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	CHIỀU	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 3		10/9	17/9	24/9	1/10	8/10	15/10		31/12	7/1	14/1		11/2	18/2	25/2
T.Phương	CĐAV20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Điền	CĐMK20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	SÁNG	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 4		11/9	18/9	25/9	2/10	9/10	16/10		1/1	8/1	15/1		12/2	19/2	26/2
T.Thanh Phong	CĐKT20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Toàn	CĐKT20C	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Luật	CĐĐI20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Thái	CĐCNM20A,B CĐTKR20A+CĐHO20A	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Triều	CĐĐT20A CĐOT20I	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	CHIỀU	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 4		11/9	18/9	25/9	2/10	9/10	16/10		1/1	8/1	15/1		12/2	19/2	26/2
T.Toàn	CĐOT20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	ngỉ	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	ngỉ	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Hải	CĐOT20C	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Triết	CĐOT20D,E	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Thái	CĐOT20F	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Lâm	CĐOT20G,H	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6		Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3		Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	SÁNG	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 6		13/9	20/9	27/9	4/10	11/10	18/10		3/1	10/1	17/1		14/2	21/2	28/2
T.Thái	CĐCNTT20A,B	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	nghi	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	nghi	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Lâm	CĐTN20A CĐTD20A	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

TUẦN	CHIỀU	1	2	3	4	5	6		7	8	9		10	11	12
THỨ 6		13/9	20/9	27/9	4/10	11/10	18/10		3/1	10/1	17/1		14/2	21/2	28/2
T.Triết	CĐCNTT20C,D	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	nghi	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	nghi	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6
T.Lâm	CĐNL20A	Bóng chuyên 1	Bóng chuyên 2	Bóng chuyên 3	Bóng chuyên 4	Bóng chuyên 5	Bóng chuyên 6	HKI	Nhảy cao 1	Nhảy cao 2	Nhảy cao 3	tết	Nhảy cao 4	Nhảy cao 5	Nhảy cao 6

<b>Nhảy cao 1</b>	Lý thuyết nhảy cao kiểu "úp bụng". Kỹ thuật giậm nhảy, rơi xuống đất	<b>Bóng chuyên 1</b>	Lý thuyết bóng chuyên. Dạy kỹ thuật chuyên bóng thấp tay
<b>Nhảy cao 2</b>	Một bước, ba bước đà "úp bụng" qua xà thấp	<b>Bóng chuyên 2</b>	Dạy kỹ thuật chuyên bóng cao tay, phát bóng
<b>Nhảy cao 3</b>	Kéo dài đà "úp bụng" qua xà nâng cao dần	<b>Bóng chuyên 3</b>	Dạy kỹ chiến thuật thi đấu bóng chuyên
<b>Nhảy cao 4</b>	Hoàn chỉnh chạy đà "úp bụng" qua xà nâng cao dần	<b>Bóng chuyên 4</b>	Dạy cách tổ chức thi đấu, luật bóng chuyên và phương pháp trọng tài
<b>Nhảy cao 5</b>	Ôn tập nhảy cao, cách tổ chức kiểm tra	<b>Bóng chuyên 5</b>	Ôn tập và cách tổ chức kiểm tra bóng chuyên
<b>Nhảy cao 6</b>	Kiểm tra nhảy cao "úp bụng"	<b>Bóng chuyên 6</b>	Kiểm tra bóng chuyên

Địa điểm: Nhà Thiếu Nhi Q. Gò Vấp ( Hồ Bơi 1/6) 450/ 19C Lê Đức Thọ; P.16; Q.Gò Vấp

Ngày 03 tháng 09 năm 2019.

Giám đốc

Nguyễn Minh Luận