**PHẦN I: MỘT SỐ TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG PHÁT TRIỂN CƠ CHÂN**

I. Trò chơi 1: Fire ball: Đuổi bắt với bóng

- Mục đích: Trò chơi Fire ball chủ yếu phát triển cơ chân cho trẻ, qua trò chơi trẻ có định hướng tốt trong không gian…

- Chuẩn bị: 2 quả bóng mềm, áo màu: Xanh- đỏ, sân chơi hoặc trong phòng thể chất riêng biệt. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên chọn 2 bạn, một bạn mặc áo xanh, 1 bạn mặc áo đỏ và mỗi bạn 1 quả bóng mềm. Cả lớp sẽ chạy xung quanh phòng tập sao cho hai bạn cầm bóng không chạm hoặc ném bóng vào người của mình, những bạn bị bóng chạm hoặc ném vào người sẽ dừng lại và nhảy bật chụm tách chân 3 lần rồi tiếp tục lượt chơi. Người cầm bóng sẽ chỉ được phép chạm và ném từ vai trở xuống không được phép ném hay chạm vào đầu hoặc vào mặt bạn. Chỉ những bạn mặc áo màu mới được cầm bóng chạm hoặc ném vào người các bạn. Gíao viên có thể cho trẻ chơi trong một bản nhạc, nhạc dừng hoặc đến khi có hiệu lệnh kết thúc tất cả trẻ sẽ trở về và ngồi vào vòng tròn để đổi vai chơi.

- Hình thức thực hiện:

Trò chơi là hình thức nâng cao của vận động cơ bản “ném bóng".

Trò chơi Kết hợp với vận động cơ bản ném xa, chạy, phản xạ của trẻ khi chơi. Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

Kết quả:

Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô. Trẻ có ý thức tự mình thực hiện hình phạt bằng cách nhảy bật chụm tách chân 3 lần.

Trẻ được chạy nhiều nên cơ chân phát triển rất tốt và khi chạy sẽ có định hướng trong không gian.

II. Trò chơi 2: Lấy trộm báu vật

- Mục đích: Trò chơi phù hợp với học sinh mẫu giáo nhỡ và mẫu giáo lớn. Trò chơi tăng cường sự vận động cho phát triển cơ chân của trẻ, giúp trẻ nhanh nhẹn đoàn kết trong khi chơi. Biết giúp đỡ nhau khi cần thiết…

- Chuẩn bị: 4 vòng tròn lớn, báu vật (bóng, bao cát…), áo màu: Xanh lá cây- đỏ- vàng- xanh da trời, Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên để 4 cái vòng tròn lớn ở 4 góc phòng tượng trưng cho nơi cất giữ kho báu, trong mỗi kho báu đặt khoảng 10 báu vật. Học sinh làm 4 đội, mỗi đội mặc một áo màu, các bạn sẽ tích trữ báu vật của mình nhiều hơn bằng cách đi lấy trộm báu vật của đội khác mang về đội của mình. Gíao viên cho học sinh cắt cử 1 bạn đứng xung quanh để canh giữ kho báu bằng cách chạm vào người bạn định lấy báu vật của đội mình. Bạn đi đánh cắp báu vật bị người canh gác chạm vào người sẽ phải trả lại báu vật và quay về đội của mình nhảy 3 cái bật chụm tách chân rồi quay trở lại cuộc chơi, mỗi một lần lấy chỉ được đánh cắp 1 báu vật. Khi trong quá trình mang báu vật về bị bạn của đội bị mất báu vật bắt được thì bạn đánh cắp báu vật sẽ phải mang trả lại báu vật và quay về đội của mình nhảy 3 lần chụm tách chân. Khi đội nào đã hết báu vật rồi thì trẻ sẽ dừng lại cuộc chơi và ngồi tại vị trí đội mình quan sát bạn chơi.

- Hình thức thực hiện: Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả: Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ nhanh nhẹn, biết đoàn kết giúp đỡ nhau khi tham gia hoạt động

Trẻ phát triển cơ chân khi tham gia trò chơi.

III. Trò chơi 3: Treasure hunt: Săn tìm kho báu

- Mục đích: Trò chơi tăng khả năng vận động nhanh nhẹn, biết kết hợp giữa các ộ phận trên cơ thể. Trò chơi sẽ làm tăng khả năng đoàn kết, ý thức tự giác trong khi chơi.

- Chuẩn bị: bóng nhưa màu, ao màu: Xanh- đỏ cho hai đội, hình tròn, báu vật, nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên sẽ chia lớp làm hai đội, một đội sẽ là đội giữ báu vật và đứng vào các ô tròn được xếp ở hai bên sân chơi, đội giữa kho báu sẽ đứng trên hình tròn không được bước chân ra khỏi hình tròn đó. Phía bên trên gv sẽ để những báu vật (bao cát…). Đội còn lại sẽ là đội đi săn tìm kho báu, các bạn sẽ chạy đi lên lấy báu vật, và khi lấy được báu vật an toàn rùi sẽ không đi trở lại đường cũ mà sẽ đi vòng lại đằng sau các bạn canh gác báu vật. Các bạn canh giữ báu vật sẽ dùng bóng nhựa mềm ném vào người hoặc ném bóng vào chân của bạn không ném qua vai và phần đầu của bạn. Trẻ bị ném bóng vào người sẽ phải vòng lại qua các bạn canh giữ báu vật về chỗ và chơi lại từ đầu. Trò chơi kết thúc khi người lấy báu vật lấy hết báu vật có bên trên. Và lượt chơi sẽ được đổi vị trí.

Hình thức thực hiện: Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả: Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ biết đoàn kết, giúp đỡ nhau để hoàn thành tốt trong chơi.

IV. Trò chơi 4: Doctor- Doctor: Bác sỹ- bác sỹ

- Mục đích: Trò chơi phát triển sự vận động của cơ thể trẻ. Rèn kỹ năng lắng nghe và quan sát trong khi tham gia hoạt động…

- Chuẩn bị: 2 thảm yoga. 2 bàn tay xốp xanh, 2 áo màu đỏ, hai áo màu xanh. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên chọn hai bạn làm bác sỹ và hai bạn làm corona (virut). Bác sỹ sẽ ở bệnh viện để đợi cứu người, Bác sỹ mặc áo màu xanh, virut mặc áo màu đỏ, bác sỹ đứng trên thảm yoga gọi là bệnh viện được chia ở hai vị trí cách xa nhau. Hai bạn virut sẽ đứng ở giữa sân khi có hiệu lệnh bắt đầu các bạn sẽ tránh xa virut, 2 con virrut sẽ mang bao tay xanh để chạy chạm vào các bạn, bạn nào mà bị virut chạm vào người sẽ bị bệnh sẽ ngồi và giơ hai tay lên gọi “Bác sỹ, bác sỹ”. bác sỹ nào gần sẽ chạy ra đập tay với người bị bệnh và bạn lại đc tiếp tục lượt chơi. Và virut không đc chạm vào bác sỹ, và quy định chỉ được bác sỹ đứng vào thảm yoga. Bác sỹ phải chú ý quan sát để giúp đỡ bạn khác. Các bạn sẽ đổi vai chơi cho nhau khoảng 1-2 ph.

- Hình thức thực hiện: Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả: Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ có kỹ năng quan sát và biết cách lắng nghe trong khi chơi.

V. Trò chơi 5: Hospital tag: Đưa đến bệnh viện

- Mục đích: Là trò chơi nâng cao của trò chơi: “Doctor- Doctor”: Bác sỹ- bác sỹ Trò chơi phù hợp với mẫu giáo nhỡ hoặc lớn. Trò chơi phát triển sự vận động của cơ thể trẻ. Rèn kỹ năng lắng nghe và quan sát trong khi tham gia hoạt động…

- Chuẩn bị: 2 thảm yoga. 1 áo màu đỏ. 1 bao tay xốp xanh. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên chọn 1 bạn làm virut đứng giữa phòng tập mặc áo đỏ và đeo bao tay xanh. Gíao viên giới hạn sân chơi cho trẻ, bạn virut sẽ đi đuổi và chạy theo các bạn. Bạn nào bị virut chạm vào người sẽ nằm xuống và kêu “cứu tôi- cứu tôi”. Hai bạn ở gần sẽ ra khiêng bạn bị nhiễm bệnh vào bệnh viện là vào thảm xanh. Bạn bị nhiễm bệnh sẽ được khám và kiểm tra xem khỏi bệnh chưa bằng cách nhảy bật chụm tách chân 3 cái rồi tiếp tục trở lại cuộc chơi. Trẻ chơi luân phiên nhau 1-2 ph.

- Hình thức thực hiện: Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả: Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ có kỹ năng quan sát và biết cách lắng nghe trong khi chơi.

VI. Trò chơi 6: Phù thủy bùn lầy

- Mục đích: Trò chơi tạo cho học sinh vận động mang tính chất vui vẻ. mang lại cho học sinh biết các phối hợp với nhau để tạo ra tính tập thể trong khi chơi.

- Chuẩn bị: 2 bàn tay xốp, áo màu: Xanh- đỏ. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên sẽ chọn 2 học sinh làm người làm phù thủy sình lầy, mỗi học sinh sẽ có một chiếc gậy ma thuật và chạy đuổi theo các bạn còn lại, bạn nào bị hai chiếc gậy này chạm vào người thì bạn đó sẽ bị sa vào vùng lầy nghĩa là bạn ấy phải dứng giơ hai tay và dạng hai chân ra. Các bạn khác sẽ được cứu các bạn bị sa vào vùng lầy bằng cách người bạn ấy sẽ chui qua chân và bạn được giải thoát sẽ tiếp tục lượt chơi. Trò chơi sẽ luân phiên sau 1-2 phút cho 2 bạn một lượt làm phù thủy sình lầy.

- Hình thức thực hiện: Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả: Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ biết đoàn kết, giúp đỡ nhau để hoàn thành tốt vai chơi.

VII. Trò chơi 7: Mac attack: Canh giữ kho báu

- Mục đích: Trò chơi tạo sự vận động cho trẻ, làm việc theo nhóm tạo sự đoàn kết giữa các trẻ với nhau. Gíup trẻ phản xạ nhanh, chính xác…

- Chuẩn bị: áo màu xanh- đỏ cho hai đội, 10 quả bóng mềm làm báu vật chia cho hai đội. 2 vòng tròn to để chứa báu vật (bóng), đường biên giới chia giữa hai đội. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên sẽ chia trẻ làm hai đội, mỗi đội sẽ mặc các màu áo khác nhau và sở hữu 5 quả bóng mềm chứa đựng trong vòng tròn. Trẻ của đội mình sẽ chạy qua bên đội bạn lấy báu vật (bóng) mang về sao cho không bị bạn bên đội kia chạm vào người. Các bạn canh giữ bóng chỉ được chạm vào người từ vai trở xuống không được chạm vào mặt hay đầu bạn. Tối đa chỉ có hai bạn đứng bảo vệ xung quanh khu báu vật. Còn các bạn khác sẽ chạy sang đội của bạn mang báu vật về cho đội của mình. Trò chơi kết thúc khi một bên bị đánh cắp hết số báu vật (bóng). Gíao viên cho trẻ ngồi thành vòng tròn vf chia sẻ kinh nghiệm của bản thân sau mỗi lần chơi…

- Hình thức thực hiện:

Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả:

Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ biết cách đoàn kết để cùng nhau canh giữ báu vật của đội mình…

Trẻ có phản xạ nhanh nhẹn để mang được báu vật về cho đội của mình.

VIII. Trò chơi 8: Noodle: Đuổi bắt với gậy xốp

- Mục đích: Trò chơi vận động chạy và kết hợp chơi theo nhóm, tạo sự đoàn kết các bạn trong nhóm chơi.

- Chuẩn bị: hai gậy mềm xốp, áo màu: Xanh- đỏ. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên sẽ chọn lấy hai học sinh được cầm gậy xốp mềm, hai bạn sẽ chạy cầm gậy xốp mềm để chạm vào các bạn khác trong lớp. Người cầm gậy chỉ được chạm vào người từ vai trở xuống không được chạm vào mặt hay đầu bạn. Các bạn bị gậy chạm vào người sẽ nhảy bật chụm tách chân hai cái. Sau 1-2 phút các bạn sẽ được đổi vai chơi…

- Hình thức thực hiện:

Trò chơi Kết hợp với vận động cơ bản chạy, phản xạ của trẻ khi chơi.

Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

- Kết quả:

Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ có ý thức tự chịu hình phạt có trong trò chơi và biết đâu là điểm dừng của trò chơi.

IX. Trò chơi 9: Trapped ball: Bắt người với bóng

- Mục đích: Phù hợp với học sinh mẫu giáo lớn. Trò chơi kết hợp luyện cho trẻ kỹ năng ném bóng và chơi theo nhóm, tăng cường phối hợp giữa các bộ phận trên cơ thể: Mắt, chân, tay …

- Chuẩn bị: 20 quả bóng mềm, áo màu: Xanh- đỏ đủ số trẻ cho hai đội chơi, đường biên giới giữa hai đội chơi, thảm xanh. Nhạc sôi động.

- Cách chơi và luật chơi: Gíao viên chia trẻ thành hai đội và mỗi đội sẽ mặc hai màu áo xanh- đỏ khác nhau. Khi bắt đầu chơi mỗi đội sẽ đứng ở hai sân chơi khác nhau và ở giữa sẽ có đường biên giới. Trước khi trò chơi bắt đầu giáo viên để 1 số lượng bóng phù hợp với học sinh ở giữa và khi có hiệu lệnh trò chơi bắt đầu, thì học sinh sẽ chạy lên lấy bóng và bắt đầu ném vào người của đội bên kia. Người cầm bóng sẽ chỉ được phép ném từ vai trở xuống không được phép ném vào đầu hoặc vào mặt bạn. Học sinh không được đi qua đường biên giới giữa hai đội. Nếu học sinh bị ném bóng vào người thì sẽ phải đi sang khu vực của đội bên kia trong khu vực bị giam giữ (đứng vào thảm màu xanh), người đó chỉ được quay trở về nếu như người bạn của đội mình ném được bóng sang và bắt được bóng. Trò chơi sẽ kết thúc khi giáo viên thấy học sinh bên một đội thua quá nhiều và cho khởi động lại bắt đầu lượt chơi mới.

- Hình thức thực hiện:

Trò chơi là hình thức nâng cao của vận động cơ bản “Tung bắt bóng".

Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trò chơi kết hợp với vận động cơ bản ném xa, chạy, phản xạ của trẻ khi chơi.

Trò chơi có thể tổ chức vào các hoạt động khác: hoạt động chiều, hoạt động ngoài trời…

Kết quả:

Trẻ biết tuân thủ theo luật chơi và cách chơi có trong trò chơi và làm theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ tự ý thức thực hiện hình thức chịu phạt trong trò chơi.

Trẻ biết chơi đoàn kết, giúp đỡ bạn cùng chơi.