

MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH GYMKID THÁNG 8

MẪU GIÁO LỚN (5 - 6 TUỔI)

Tuần	Chủ đề	Bài tập khởi động	Bài tập chính	Bài tập hồi tĩnh	Mục tiêu cần đạt
01	Kỳ nghỉ hè	Động tác thể dục	<ul style="list-style-type: none"> - Leo khung trèo cao và di chuyển tiến trên cầu trượt dài. Leo khung trèo thấp. Thăng bằng trên sườn thang trung bình. - Lấy 1 túi hạt đậu, đặt lên đầu. Thăng bằng tiến trên ván chân rộng. Nhảy vào vòng, ném túi hạt đậu bằng 1 tay trúng bóng bay. - Vòng cao su: Luồn vòng vào cổ chân và nhảy về đích. 	<p>Điều hòa: Gập thân</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ghi nhớ các bước thực hiện trồng cây chuối III (trồng cây chuối và lộn trước) nhằm áp dụng vào tình huống thực tế. - Tự tin vượt qua thử thách leo trèo và thăng bằng. - Có thể thực hiện bài tập trồng cây chuối III theo hướng dẫn. - Biết phối hợp với bạn bè khi luyện tập với vòng cao su. - Gọi tên kỹ thuật khi thực hiện mẫu trong khu vận động. - Giúp đỡ bạn bè khi hoạt động tại khu vận động.

02			<ul style="list-style-type: none">- Thực hiện bài tập trồng cây chuối III trên đệm giảm chấn.- Chạy từ khối đa hợp xanh đến đỏ. Lộn sau trên nệm xốp.- Vòng cao su: Xoay vòng theo cặp.		
----	--	--	---	--	--