

MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH GYMKID THÁNG 8

MẪU GIÁO NHỞ (4 - 5 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 ngang trên ván chân rỗng. Nhảy vào vòng, ném trước ngực trúng bóng bay. - Vòng cao su: Xoay vòng ở tư thế ngồi. 	Điều hòa: Gập thân	<ul style="list-style-type: none"> - Tự tin làm mẫu trong khu vận động. - Có thể vượt qua các thử thách leo trèo với độ cao khác nhau. - Thực hiện động tác trồng cây chuối III với hỗ trợ của giáo viên. - Di chuyển và lăn vòng cao su mà không làm rơi vòng. - Kể tên các bước leo khung trèo cao (có gợi ý của giáo viên). - Giữ kỉ luật lớp học.
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: Di chuyển và lăn vòng về phía trước. 		