**PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO QUẬN LONG BIÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON HỒNG TIẾN**

🙢🕮🙠--



**GIÁO ÁN LĨNH VỰC PHÁT TRIỂN GIÁO DỤC THỂ CHẤT**

**Đề tài : - VĐCB : Đi bước dồn ngang trên ghế thể dục**

**- TCVĐ : Nhảy tiếp sức**

**Lứa tuổi : Trẻ MGL (5 – 6 tuổi)**

**Số lượng : 20 - 24 trẻ**

**Thời gian dạy : 30 – 35 phút**

**Giáo viên : Phạm Thanh Huệ**

**Năm học 2021 – 2022**

**I. MỤC ĐÍCH - YÊU CẦU:**

**1. Kiến thức:**

- Trẻ nhớ tên vận động, biết chơi trò chơi

- Trẻ biết đi bước dồn ngang trên ghế thể dục

**2. Kĩ năng:**

- Trẻ có kĩ năng bước chân sang ngang, phối hợp chân tay nhịp nhàng một cách khéo léo, giữ được thăng bằng

- Trẻ biết cách chơi trò chơi và chơi đúng luật

- Rèn luyện thể lực, sự khéo léo và khả năng định hướng trong không gian

**3. Thái độ:**

- Trẻ hứng thú, thích tham gia vận động

- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính nhanh nhẹn, hoạt bát.

**II. Chuẩn bị:**

**1. Đồ dùng của cô và trẻ**

- Sân tập sạch sẽ, an toàn

- 2 ghế thể dục

- 2 lá cờ màu xanh, đỏ

- Mỗi trẻ 1 thẻ số, có 9 ngôi nhà có gắn thẻ số từ 1 – 9

- Xắc xô, quả bông, đài, loa, 10 chiếc vòng

- Nhạc bài “ Đoàn tàu nhỏ xíu” “ Bé khỏe bé ngoan” “ Chú thỏ con” “ Chim mẹ, chim con”

- Trang phục cô và trẻ gọn gàng

**3. Địa điểm**

- Phòng thể chất

**III, CÁCH TIẾN HÀNH:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **1, Ổn định tổ chức:**  - Cô cho cả lớp chơi trò chơi “hãy tìm đúng số”  - Cô tặng mỗi trẻ 1 thẻ số để cùng chơi với cô. Khi cô ra hiệu lệnh, trẻ chạy gắn thẻ số mà mình có về đúng ngôi nhà có thẻ số đó.  **2. Nội dung**  ***a, Khởi động***  - Cho trẻ đi theo vòng tròn kết hợp các kiểu đi : đi thường, đi bằng mũi bàn chân, đi bằng gót bàn chân, đi bằng má bàn chân, chạy nhanh, chạy chậm  - Cho trẻ về 4 hàng tập bài tập phát triển chung  ***b, Trọng động***  *\* BT PTC*  - ĐT tay : 2 tay đưa ngang, lên cao ( 6l x 4n)  - ĐT chân : tay đưa ra trước. nhún chân ( 6l x 4n )  - ĐT bụng : tay giơ cao cúi gập người ( 4l x 4n )  - ĐT bật : chân trước chân sau ( 4l x 4n )  *\* VĐCB “Đi bước dồn ngang trên ghế thể dục”*  - Cô cho trẻ đứng đội hình 2 hàng ngang  - Sơ đồ luyện tập:  x x x x x  x  x  x  xx  x x x x x  - Cô giới thiệu : Đây là đường đến trường ( cô chỉ vào ghế thể dục), vì đường rất hẹp nên các con phải đi dồn ngang. Các con quan sát cô thực hiện nhé  - Cô giới thiệu tên VĐCB  - Cô làm mẫu lần 1 : không giải thích  - Lần 2 : kết hợp giải thích  Cô đứng trước vạch xuất phát , khi có hiệu lệnh, cô bước lên ghế thể dục đi bước dồn ngang trên ghế. Cứ như vậy cho đến hết ghế thì bước xuống dưới.  - Cô gọi 1,2 trẻ khá lên thực hiện  - Cô cho lần lượt trẻ lên thực hiện  - Sau mỗi lần trẻ thực hiện cô nhận xét, động viên trẻ, nhắc trẻ đi thẳng người, khéo léo giữ thăng bằng trên ghế thể dục.  *\* TCVĐ: Nhảy tiếp sức*  - Cô giới thiệu tên trò chơi  - Cô mời trẻ nhắc lại cách chơi, luật chơi  + Cách chơi: Chia trẻ về làm 2 đội chơi. Khi có hiệu lệnh , bạn đầu hàng cầm cờ bật liên tục qua 5 ô, sau đó đổi cờ và mang về cho bạn tiếp theo. Cứ như vậy cho đến bạn cuối cùng.  + Luật chơi: Chỉ được bật khi đã nhận được cờ  - Cô cho trẻ chơi 3 – 4 lần  - Cô nhận xét sau mỗi lần chơi  - Cô cho cả lớp nhắc lại tên VĐCB  ***c, Hồi tĩnh***  - Cô cho trẻ làm chim bay nhẹ nhàng quanh phòng  **3. Kết thúc**  - Cô nhận xét, tuyên dương và khen ngợi trẻ, động viên khuyến khích trẻ chưa thực hiện được.  - Cô mời trẻ cất dọn đồ dùng và chuyển hoạt động | - Trẻ chơi cùng các bạn  - Trẻ thực hiện theo hiệu lệnh của cô  - Trẻ về 4 hàng  - Trẻ tập BTPTC  - Trẻ về đội hình 2 hàng ngang  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ quan sát  - Trẻ quan sát và lắng nghe  - 1,2 trẻ khá lên thực hiện  - Trẻ thực hiện VĐCB  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ trả lời  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ chơi  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ trả lời  - Trẻ vận động nhẹ nhàng  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ cất dọn đồ dùng |