**GIÁO ÁN**

**Lĩnh vực: Phát triển thể chất**

**Đề tài: Bật qua vật cản 15 - 20 cm**

**TCVĐ: Vận chuẩn thực phẩm**

**Giáo viên thực hiện: Nguyễn Thị Tâm**

**I. Mục đích yêu cầu.**

**1.Kiến thức:**

- Trẻ biết tên vận động cơ bản “Bật qua vật cản 15 -20 cm”

- Trẻ biết chơi trò chơi.

**2.Kỹ năng:**

- Trẻ biết phối hợp chân và tay để nhún bật qua vật cản cao 15 – 20 cm và tiếp đất bằng hai lửa bàn chân trên rồi cả bàn chân.

- Phát triển các tố chất thể lực: Khỏe, nhanh nhẹn, khéo léo.

- Rèn kĩ năng nhún bật.

**3.Thái độ:**

- Trẻ hứng thú tham gia các hoạt động.

- Giáo dục trẻ đoàn kết.

**II. Chuẩn bị.**

- Xắc xô,

- Gậy thể dục, ống cúc, ống nhựa.

- Hộp sữa, rau của quả tự tạo

- Máy tính,

- Nhạc bài hát: “ Bé khỏe, bé ngoan”, “ Bé vui khỏe”, “ Ước mơ chiến sĩ”….

- Trang phục của cô và trẻ gọn gàng

**III. Cách tiến hành**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của trẻ** |
| **1. Ổn định tổ chức:**  - Chào mừng các bé đến với “ Ngày hội thể thao” của lớp MGL A2 .Đến với ngày hội thể thao, cô xin giới thiệu đội chơi Bé khỏe và đội chơi bé ngoan. Đồng hành với sân chơi ngày hôm nay là cô giáo Thanh Thủy. Sân chơi ngày hôm nay có rất nhiều thử thách đang chờ đón các con.Trước tiên đến với phần thử thách cô và các con cùng chơi trò chơi “ Lắc lư lắc lư”  **2. Phương pháp, hình thức tổ chức:**  **\*Hoạt động 1: Khởi động.**  **-**Đến với thử thách đầu tiên của ngày hôm nay đó là khởi động trên nền nhạc.  - Cho trẻ đi theo đội hình vòng tròn kết hợp các kiểu đi: Đi kiễng,đi bằng cạnh bàn chân, đi bằng gót chân và chạy nhanh, chậm.  - Tập hợp về đội hình 2 hàng dọc, điểm số, tách hàng  **\*Hoạt động 2: Trọng động.**  **\* BTPTC**: Tập theo nhạc bài “ Bé khỏe, bé ngoan”  + Tay: Đưa ra phía trước,đưa lên cao.  + Thân: Đưa hai tay lên cao, nghiêng người 2 bên  + Chân: 2 tay đưa ra phía trước đồng thời nhún chân.  + Bật: Bật tách chân, khép chân.  **\*VĐCB:**Bật qua vật cản cao 15 - 20cm.  - Ban tổ chức muốn các con tham gia trò chơi “ Bé nhanh trí”  - Các con vừa lắp đc gì?  - À chúng mình vừa lắp đc vật cản đúng ko. Với vật cản này các con sẽ làm gì? Mời 2,3 trẻ.  - Ngày hôm nay BTC yêu cầu các con bật qua vật cản,  - Mời 4 trẻ lên bật.  - Các con vừa quan sát 4 bạn bật.  - Để thực hiện tốt hơn các con quan sát cô thực hiện.  + Tư thế chuẩn bị hai chân chụm. Tay thả xuôi,mắt nhìn thẳng. Khi có hiệu lệnh 1 cô đưa 2 tay về phía trước, 2 cô đồng thời nhún chân và lăng tay nhẹ ra phía sau, dùng sức của đội chân tạo đà bật thật mạnh qua vật cản, ko chạm vào vật cản, tiếp đất bằng 2 lửa bàn chân trên ở tư thế đóng băng sau đó cô dần dần hạ chân xuống.  - Giờ các con có muốn thực hiện vận động này ko?  - Cô mời các con đúng vào vị trí và thực hiện vận động này thất giỏi nhé.  - Cô mời cả lớp, tổ thực hiện.  - Trẻ thực hiện cô quan sát động viên trẻ, chú ý sửa sai cho trẻ.  - Cho trẻ so sánh 2 vật cản .  - BTC yêu cầu các con về 4 nhóm và thực hiện bật qua vật cản. Bạn nào tự tin thì bật qua vật cản màu tím 20cm, bạn nào chưa tự tin bật qua vật cản 15 cm màu vàng.( lần lượt từng trẻ bật)  - Trẻ thực hiện cô quan sát động viên trẻ, chú ý sửa sai cho trẻ.  - Vừa rồi cô thấy các bạn bật qua vật cản rất tốt.  - Các con ơi với tấm lòng tương thân tương ai, lá lành đùm lá rách . BCT đã kêu gọi ủng hộ được rất nhiều thực phẩm, sữa và rau củ quả nhưng BTC chưa kịp phân loại các con có sãn sàng giúp BTC không?  - Để tham gia đc trò chơi này cô mời các con về 2 đội  + Thời gian là 1 bản nhạc đội nào phân được nhiều thực phẩm thì đội đó dành chiến thắng.  - Hỏi lại trẻ . các con vừa tham gia bài tập gì?  - Mời 2 trẻ lên bật .  - Vừa rồi các con phân loại đồ giúp BTC, giờ BTC nhờ các con vận chuyển đến cho các bạn miền trung.  **\*TCVĐ: Vận chuyển thực phẩm**  + Cách chơi: Mỗi đội sẽ cử 3 thành viên lên để kết hợp với nhau, 1 bạn lên lấy thực phẩm ngồi vào mo cau, 2 bạn sẽ cầm vào 1 đầu của mo cau kéo nhanh về đích và để thực phẩm vào rổ . Mỗi lần các con chỉ được lấy 1 thực phẩm .  + Luật chơi: Thời gian là một bản nhạc đội nào chuyển được nhiều thực phẩm thì đội đó dành chiến thắng.  -> Giáo dục: BTC nhắn nhủ tới các con ăn uống đầy đủ chất, tích cực tham gia thể dục để cơ thể khỏe mạnh  **\*Hoạt động 4: Hồi tĩnh.**  - Đến với sân chơi ngày hôm nay cô mời các con tham gia bài tập nhẹ nhàng ( trẻ đứng hình tròn) ngồi khoanh chân, hay tay vỗ vai, đưa chân về phía trc thả lỏng cơ chân, đưa chân về phía sau ( hít sâu ,thở ra), khoanh chân tay phải đặt vào chân trái tay trái để ra sau lưng , đổi bên.  **3. Kết thúc:**  - Nhận xét và chuyển sang hoạt động khác | - Trẻ chơi      - Trẻ tham gia.   - Trẻ thực hiện   - Đứng thành 4 hàng.   - 2 lần x 8 nhịp   - 2 lần x 8 nhịp   - 3 lần x 8 nhịp  - 2 lần x 4 nhịp         - Trẻ trả lời  - Trẻ trả lời  - Quan sát cô tập mẫu.                - Trẻ thực hiện      - Trẻ so sánh        - Trẻ thực hiện        - Trẻ chơi trò chơi    - Trẻ trả lời  - Trẻ chơi  - Trẻ thực hiện cùng cô |