



MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 09/2020:

CHỦ ĐỀ “EMOTIONS - I AM CONFIDENT”

Lứa tuổi	BODY Phát triển thể chất	MIND Phát triển trí tuệ và ngôn ngữ	CHARACTER Phát triển nhân cách	Chi chú
Tiny Tots (18-36 tháng tuổi)	<ul style="list-style-type: none">❖ Leo thuần thục qua khối đa hợp và trụ xóp.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt.❖ Chạm được bóng bay vào các bộ phận cơ thể theo hiệu lệnh và tung bóng lên cao. <hr/> <ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng trên 2 trụ xóp nhỏ và nhỏ.❖ Tự tin bò theo đường thẳng trên ván chân rộng 30cm.❖ Có thể bước hoặc bật nhảy qua sào gỗ cao 10cm.❖ Cầm nắm chắc tay và có thể thả túi hạt đậu trụng vòng màu sắc trải trên sàn.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động:<ul style="list-style-type: none">➢ Bài “Open Shut Them”: Open/Shut, Big/Small, Fast/Slow, Peek-A-Boo.➢ Bài hát “If you are happy”: Happy, Clap hands, Swing arms, Slap knees.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin tham gia lớp học GymKID và tương tác cùng thầy cô.❖ Tự tin tham gia các bài tập một cách chủ động.	
Gym Tots (3-4 tuổi)	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin leo qua khung trèo thấp với thầy cô hỗ trợ❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt đặt trên đế cao.❖ Có thể tung bóng bay, di chuyển theo và bắt được bóng bằng hai tay. <hr/> <ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng trên 1 trụ xóp nhỏ.❖ Tự tin thực hiện đúng kỹ thuật đi kiểu vịt.❖ Có thể bật nhảy qua 3 vòng dẹt liên tiếp.❖ Có thể tung và bắt túi hạt đậu bằng hai tay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hát theo và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động:<ul style="list-style-type: none">➢ Bài hát “If you are happy”: Happy, Clap hands, Swing arms, Slap knees.➢ Bài hát “Feelings”: Happy, Sad, Angry, Surprise, Hungry, Scared, Shy, Sleepy.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trả lời câu hỏi của thầy cô và thể hiện được cảm xúc “Happy” khi tham gia lớp học GymKID.❖ Tự tin vượt qua những thử thách mới trong giờ học GymKID.	



TRUNG TÂM GIÁO DỤC PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT GYMKID

Địa chỉ: Tầng 2 Tòa 2A Vinaconex 7, 136 Hồ Tùng Mậu, Phúc Diễn, Bắc Từ Liêm, Hà Nội

Điện thoại: 0983. 683. 486 - Email: contact@gymkid.edu.vn - Website: gymkid.edu.vn

GymKID Junior (4-5 tuổi)	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin leo qua khung trèo cao với thầy cô hỗ trợ.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 1❖ Có thể bật bằng chân và bắt bóng bay với ván bật bóng.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khoá trong bài thể dục “Flash Dance”.❖ Hiểu rõ ý nghĩa và nhắc lại được hai từ khoá cảm xúc “Angry” và “Scared” trong trò chơi tập thể: Cat and Mouse.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin giao tiếp về chủ đề “Cảm xúc” bằng Tiếng Anh cùng thầy cô.❖ Tự tin vào sức mạnh và khả năng đôi tay qua những bài tập trườn bụng chống tay và trườn cá sấu.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng chống tay trên trụ xóp với giáo viên hỗ trợ.❖ Tự thực hiện kỹ thuật trườn kiểu cá sấu.❖ Thuần thực kỹ thuật bật nhảy chụm tách chân với cự ly bước nhảy 15-20cm.❖ Ném túi hạt đậu thấp tay trúng đích nằm ngang cự ly 1.5 - 2m.			
GymKID Senior (5-6 tuổi)	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự leo qua khung trèo cao đúng kỹ thuật.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 2.❖ Có thể bật bóng bay và bắt theo cặp với ván bật bóng.		<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin giao tiếp cùng thầy cô và năng nổ xung phong làm mẫu trong bài tập vận động.❖ Tự tin vào sức mạnh và khả năng đôi tay qua những bài tập trườn bụng chống tay và bò kiểu xe cút kít.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự trườn bụng chống tay trên trụ xóp.❖ Tự tin thực hiện kỹ thuật bò kiểu xe cút kít.❖ Thuần thực kỹ thuật bật nhảy chụm tách chân với cự ly bước nhảy 20-30 cm.❖ Tự tin tung và bắt túi hạt đậu bằng một tay.			



NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020

LỨA TUỔI TINY TOTS (18-36 THÁNG TUỔI)

Giáo án	Nội dung chính	Kết quả mong đợi	Ghi chú
Tuần 01-02	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên tổ chức hoạt động thu hút và làm quen trẻ.❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài hát khởi động: If you’re happy and you know it.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động “If you’re happy and you know it”: Happy, Clap hands, Swing arms, Slap knees”.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo liên hoàn khối đa hợp và trụ xóp lớn.❖ Thăng bằng trên ván chân vịt.❖ Làm quen với bóng bay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Leo thuần thục qua khối đa hợp và trụ xóp.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt.❖ Chạm được bóng bay vào các bộ phận cơ thể theo hiệu lệnh và tung bóng lên cao.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Frog pose.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	
Tuần 03-04	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên tổ chức hoạt động thu hút và làm quen trẻ.❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài hát khởi động: Open Shut Them.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động “Open Shut Them”: Open/Shut, Big/Small, Fast/Slow, Peek-A-Boo.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Trườn bụng trên trụ xóp nhỏ và nhỏ.❖ Bò thăng trên ván chân rồng.❖ Bước hoặc bật nhảy qua sào gỗ cao 10cm.❖ Làm quen với túi hạt đậu.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng trên 2 trụ xóp nhỏ và nhỏ.❖ Tự tin bò theo đường thẳng trên ván chân rồng rộng 30cm.❖ Có thể bước hoặc bật nhảy qua sào gỗ cao 10cm.❖ Cảm nắm chắc tay và có thể thả túi hạt đậu trúng vòng màu sắc trái trên sàn.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Frog pose.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	



PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020

LỬA TUỔI GYM TOTS (3-4 TUỔI)

Giáo án	Nội dung chính	Kết quả mong đợi	Ghi chú
Tuần 01-02	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên tổ chức hoạt động thu hút và làm quen trẻ.❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài hát khởi động: If you’re happy and you know it.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hát theo và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động "If you're happy and you know it": Happy, Clap hands, Swing arms, Slap knees.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo qua khung trèo thấp.❖ Thăng bằng trên ván chân vịt có đế cao.❖ Tung bắt bóng bay bằng hai tay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin leo qua khung trèo thấp với thầy cô hỗ trợ❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt đặt trên đế cao.❖ Có thể tung bóng bay, di chuyển theo và bắt được bóng bằng hai tay.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Frog pose.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	
Tuần 03-04	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài hát khởi động: Feelings	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hát theo và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động “Feelings”: Happy, Sad, Angry, Surprise, Hungry, Scared, Shy, Sleepy.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Trườn bụng trên trụ xốp nhỏ❖ Đi kiểu vịt trên ván chân rỗng❖ Bật nhảy qua 3 vòng dẹt liên tiếp❖ Tung bắt túi hạt đậu bằng hai tay	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng trên 1 trụ xốp nhỏ.❖ Tự thực hiện đúng kỹ thuật đi kiểu vịt.❖ Có thể bật nhảy qua 3 vòng dẹt liên tiếp.❖ Có thể tung và bắt túi hạt đậu bằng hai tay.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Frog pose.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	



PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020 LỨA TUỔI GYMKID JUNIOR (4-5 TUỔI)

Giáo án	Nội dung chính	Kết quả mong đợi	Ghi chú
Tuần 01-02	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài thể dục: Flash Dance.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khoá trong bài thể dục “Flash Dance”.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo qua khung trèo cao.❖ Thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 1.❖ Bật bóng bay bằng chân và bắt bằng hai tay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin leo qua khung trèo cao với thầy cô hỗ trợ.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 1.❖ Có thể bật bằng chân và bắt bóng bay với ván bật bóng.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Rocket ships.❖ Kid Massage: Massage chân.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	
Tuần 03-04	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Trò chơi: Cat and Mouse.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ ý nghĩa và nhắc lại được hai từ khoá cảm xúc “Angry” và “Scared” trong trò chơi tập thể: Cat and Mouse.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Trườn bụng chống tay trên trụ xóp nhỏ.❖ Trườn kiểu cá sấu trên thảm gập.❖ Bật nhảy chụm tách chân qua vòng dẹt/băng dính màu.❖ Ném túi hạt đậu thấp tay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin trườn bụng chống tay trên trụ xóp với giáo viên hỗ trợ.❖ Tự thực hiện kỹ thuật trườn kiểu cá sấu.❖ Thuần thực kỹ thuật bật nhảy chụm tách chân với cự ly bước nhảy 15-20cm.❖ Ném túi hạt đậu thấp tay trúng đích nằm ngang cự ly 1.5 - 2m.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Rocket ships.❖ Kid Massage: Massage chân.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	



PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020 LỨA TUỔI GYMKID SENIOR (5-6 TUỔI)

Giáo án	Nội dung chính	Kết quả mong đợi	Ghi chú
Tuần 01-02	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Bài thể dục: Flash Dance.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khoá trong bài thể dục “Flash Dance”.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo qua khung trèo cao.❖ Thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 2.❖ Bật và bắt bóng bay theo cặp.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự leo qua khung trèo cao đúng kỹ thuật.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân vịt có độ dốc mức 2.❖ Có thể bắt bóng bay và bắt theo cặp với ván bật bóng.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Rocket ships.❖ Kid Massage: Massage chân.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	
Tuần 03-04	Khởi động: <ul style="list-style-type: none">❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Cảm xúc” bằng tiếng Anh.❖ Trò chơi: Cat and Mouse.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ ý nghĩa và nhắc lại được hai từ khoá cảm xúc “Angry” và “Scared” trong trò chơi tập thể: Cat and Mouse.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Trườn bụng chống tay trên trụ xóp.❖ Bò kiểu xe cút kít trên thảm gập.❖ Bật nhảy chụm tách chân qua vòng dẹt/băng dính màu.❖ Tung và bắt túi hạt đậu bằng một tay.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự trườn bụng chống tay trên trụ xóp.❖ Tự tin thực hiện kỹ thuật bò kiểu xe cút kít.❖ Thuần thực kỹ thuật bật nhảy chụm tách chân với cự ly bước nhảy 20-30 cm.❖ Tự tin tung và bắt túi hạt đậu bằng một tay.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Rocket ships.❖ Kid Massage: Massage chân.	<ul style="list-style-type: none">❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao.❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	