



MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020:

CHỦ ĐỀ “HELLO GYMKID - I AM FRIENDLY”

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)	<ul style="list-style-type: none">❖ Làm quen kỹ năng leo lên/xuống khối đệm xốp.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân rồng.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động “Hello Time” và “Hello Song”.	<ul style="list-style-type: none">❖ Quen với không gian và mô hình lớp học.❖ Hoà đồng cùng bạn bè và hào hứng với thầy cô GymKID.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin lăn xúc xích trên đệm giảm chấn với thầy cô hỗ trợ.❖ Tự bò qua các khối đệm xốp nhiều hình khối.❖ Làm quen kỹ năng bật nhảy trên đệm lò xo.❖ Làm quen các thao tác với khăn lụa: cầm nắm, vẫy khăn và thăng bằng trên các bộ phận cơ thể.			
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 rồng có độ dốc mức 1..	<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 “Hello Time” và “Hello Song”.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hào hứng tham gia các hoạt động tập thể trong giờ học.❖ Hoà đồng và thân thiện với bạn bè và thầy cô GymKID.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi trên đệm giảm chấn và lăn xúc xích trên thảm gấp.❖ Tự ngồi trượt trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 2 lần trên đệm lò xo❖ Tự tin thực hiện các thao tác cơ bản với khăn lụa: tung bắt 1 tay, 2 tay, tung - vỗ tay - bắt, thổi và bắt...			



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 rồng nghiêng.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khoá trong bài thể dục "Beat It".❖ Thuần thực mẫu câu Tiếng Anh qua trò chơi "Who is missing?":<ul style="list-style-type: none">> What is your/his/her name?> My/his/her name is ..."	<ul style="list-style-type: none">❖ Hào hứng tham gia các hoạt động tập thể trong giờ học.❖ Làm quen với các bài tập và trò chơi đòi hỏi phối hợp nhóm cùng bạn bè.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi trên đệm giảm chấn và lăn trũng trên thảm gấp.❖ Tự trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 3 lần trên đệm lò xo.❖ Thuần thực các thao tác nâng cao với khăn lụa: tung - xoay người - bắt, thăng bằng bóng màu trên khăn, thổi khăn trên sàn...			
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 rồng nghiêng kết hợp gánh sào và nắm.		<ul style="list-style-type: none">❖ Hào hứng tham gia các hoạt động tập thể trong giờ học.❖ Rèn luyện khả năng giao tiếp và năng lực phối hợp nhóm qua các trò chơi và hoạt động tập thể.	
	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi có đà trên đệm giảm chấn.❖ Tự trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 5 lần trên đệm lò xo.❖ Thuần thực các thao tác nâng cao với khăn lụa: thăng bằng bóng màu trên khăn lụa theo cặp, tung bóng bằng khăn, thi thổi khăn...			



PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 08/2020

LỨA TUỔI TINY TOTS (18-36 THÁNG)

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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài hát khởi động: Hello Time.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động "Hello Time": Hello, Clap, Wiggle, Shake, Hug, Kiss.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo liên hoàn nệm xốp và khối hộp vuông.❖ Thăng bằng trên ván chân rỗng.❖ Trò chơi với dây ma thuật/dù ngũ sắc.	<ul style="list-style-type: none">❖ Làm quen kỹ năng leo lên/xuống khối đệm xốp.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân rỗng.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài hát khởi động: Hello Time.	<ul style="list-style-type: none">❖ Nghe, hiểu và vận động đúng theo các từ khoá Tiếng Anh trong bài hát vận động "Hello Song": Hello, Good, Great, Wonderful, Tired, Hungry, Not so good.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Kỹ thuật lăn xúc xích.❖ Bò vượt qua các chướng ngại vật xốp.❖ Bật nhảy trên đệm lò xo.❖ Làm quen với khăn lụa.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự tin lăn xúc xích trên đệm giảm chấn với thầy cô hỗ trợ.❖ Tự bò qua các khối đệm xốp nhiều hình khối.❖ Làm quen kỹ năng bật nhảy trên đệm lò xo.❖ Làm quen các thao tác với khăn lụa: cầm nắm, vẩy khăn và thăng bằng trên các bộ phận cơ thể.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.	<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 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 trò chuyện làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài hát khởi động: Hello Time.	<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 "Hello Time": Hello, Clap, Wiggle, Shake, Hug, Kiss.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo qua khung trèo thấp.❖ Thăng bằng trên ván chân rỗng có độ dốc mức 1.❖ Trò chơi với dây ma thuật/dù ngũ sắc.	<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 rỗng có độ dốc mức 1.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài hát khởi động: Hello Time.	<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 "Hello Song": Hello, Good, Great, Wonderful, Tired, Hungry, Not so good.	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Lộn xuôi và lăn xúc xích.❖ Ngồi trượt trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp trên đệm lò xo.❖ Thao tác cơ bản với khăn lụa.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi trên đệm giảm chấn và lăn xúc xích trên thảm gấp.❖ Tự ngồi trượt trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 2 lần trên đệm lò xo❖ Tự tin thực hiện các thao tác cơ bản với khăn lụa: tung bắt 1 tay, 2 tay, tung - vỗ tay - bắt, thổi và bắt...	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài thể dục: Beat It.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khoá trong bài thể dục "Beat It".	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo khung trèo cao.❖ Thăng bằng trên ván chân rồng nghiêng.❖ Trò chơi với dây ma thuật/dù ngũ sắc.	<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 rồng nghiêng.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.❖ Yoga: Tư thế Butterfly.❖ Tự chọn: Massage cánh tay theo cặp.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Trò chơi: Who is missing?	<ul style="list-style-type: none">❖ Thuần thực mẫu câu Tiếng Anh qua trò chơi "Who is missing?":<ul style="list-style-type: none">➢ What is your/his/her name?➢ My/his/her name is ..."	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Lộn xuôi và lăn trướng.❖ Trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp 3 lần trên đệm lò xo.❖ Thao tác nâng cao với khăn lụa mức 1.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi trên đệm giảm chấn và lăn trướng trên thảm gấp.❖ Tự trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 3 lần trên đệm lò xo.❖ Thuần thực các thao tác nâng cao với khăn lụa: tung - xoay người - bắt, thăng bằng bóng màu trên khăn, thổi khăn trên sàn...	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.❖ Yoga: Tư thế Butterfly.❖ Tự chọn: Massage cánh tay theo cặp.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Bài thể dục: Beat It.	<ul style="list-style-type: none">❖ Hiểu rõ, hô câu lệnh và vận động đúng theo các từ khóa trong bài thể dục "Beat It".	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Leo khung trèo cao.❖ Thăng bằng trên ván chân rồng nghiêng kết hợp gánh sào và nắm.❖ Trò chơi với dây ma thuật/dù ngũ sắc.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự leo qua khung trèo cao đúng kỹ thuật.❖ Tự tin thăng bằng trên ván chân rồng nghiêng kết hợp gánh sào và nắm.	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.❖ Yoga: Tư thế Butterfly.❖ Tự chọn: Massage cánh tay theo cặp.	<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 làm quen và hỏi tên trẻ.❖ Trò chơi: Who is missing?	<ul style="list-style-type: none">❖ Thuần thục mẫu câu Tiếng Anh qua trò chơi "Who is missing?":<ul style="list-style-type: none">➢ What is your/his/her name?➢ My/his/her name is ..."	
	Trọng động <ul style="list-style-type: none">❖ Lộn trước có đà và lăn trứng.❖ Trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp 5 lần trên đệm lò xo.❖ Thao tác nâng cao với khăn lụa mức 2.	<ul style="list-style-type: none">❖ Tự thực hiện kỹ thuật lộn xuôi có đà trên đệm giảm chấn.❖ Tự trượt úp bụng trên cầu trượt dài.❖ Bật nhảy liên tiếp được 5 lần trên đệm lò xo.❖ Thuần thục các thao tác nâng cao với khăn lụa: thăng bằng bóng màu trên khăn lụa theo cặp, tung bóng bóng bằng khăn, thi thổi khăn...	
	Hồi tĩnh <ul style="list-style-type: none">❖ Yoga: Tư thế Balloon.❖ Yoga: Tư thế Butterfly.❖ Tự chọn: Massage cánh tay theo cặp.	<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.	