**GIÁO ÁN PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC**

**Chủ đề: Động vật**

**Đề tài: Bật liên tục vào 5 vòng**

**Lứa tuổi: 5-6 tuổi**

**Thời gian: 30-35 phút**

**Giáo viên:**

**I. Mục đích- Yêu cầu:**

**1. Kiến thức:**

- Trẻ biết bật liên tục 2 chân vào 5 vòng và bật đúng kỹ thuật.

- Trẻ biết dùng sức lấy đà bật liên tục vào 5 vòng

- Trẻ biết tên trò chơi hiểu được cách chơi và luật chơi.

**2. Kỹ năng:**

- Rèn kỹ năng khụy gối lấy đà bật liên tục bằng nửa bàn chân trên vào 5 vòng

- Giúp trẻ hình thành kỹ năng bật liên tục vào 5 vòng.

- Phát triển tố chất vận động khỏe, khéo léo và sự thăng bằng của cơ thể

**3.Thái độ:**

- Trẻ hứng thú và tích cực hoạt động, mạnh dạn tham gia luyện tập

- Trẻ biết yêu thích thể dục,thể thao

**II. Chuẩn bị:**

**1. Đồ dùng**

**1.1. Đồ dùng của cô**

- Phòng học sạch sẽ thoáng mát

- Máy tính nhạc bài hát cho phần khởi động,bài tập phát triển chung,hồi tĩnh.

- Vạch bật, sắc xô

- Hộp quà

- Sơ đồ tập:

X X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X X X

**1.2. Đồ dùng của trẻ**

- Vòng cho trẻ thực hiện bài tập

- 2 quả bóng

- Trang phục gọn gàng

**2. Địa điểm:**

- Trong lớp học

**3. Đội hình**

- Khởi động đi vòng tròn

- Bài tập phát triển chung: Trẻ đứng thành 4 hàng ngang

- Vận động cơ bản : trẻ đứng thành 2 hàng quay mặt vào nhau

**III.** **Tiến trình:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **1. Ổn định tổ chức.**  Chào mừng các bạn đến với chương trình “ hội khỏe nhí” ngày hôm nay.  Đến với chương trình ngày hôm nay sẽ có 3 phần  Phần 1: Đồng diễn  Phần 2: Chung sức  Phần 3: Về đích  Chương trình sẽ có 2 đội chơi đó là đội Thỏ trắng và đội thỏ nâu.và không thể thiếu được đó là người dẫn chương trình đó là cô Phương và cô Hưng.  Các đội sắn sàng tham gia chương trình chưa?  **2. Phương pháp hình thức tổ chức.**  **a. Hoạt động 1:Khởi động**  - Để mở đầu cho chương trình hôm nay nào chúng ta cùng khởi động nhé( Cô và trẻ cùng khởi động phối hợp các kiểu chân trên nền nhạc...)  - Với màn khởi động các đội thấy cơ thể mình như thế nào?  **b. Hoạt động 2: Bài tập phát triển chung**( Phần đồng diễn)  Chào mừng các bạn đến với phần thi đồng diễn.  Ở phần này các đội tập các động tác kết hợp với bài hát “chú ếch con” sao cho các động tác thật nhịp nhàng theo lời bài hát nhé.  *\*Bài tập phát triển chung:*  + ĐT tay: 2tay ra trước lên cao: (2lần+8nhịp)  CB. 4 1.3 2  + ĐT bụng, lườn:đứng cúi gập người về phía trước (2lần+8nhịp)    CB.4 1.3 2  + ĐT chân:Ngồi khuỵu gối (2lần+8nhịp)  CB.4 1.3 2  +ĐT bật: bật tách và khép chân (3lần+8nhịp)  CB.4 1.3 2  *(Tập trên nền nhạc “chú ếch con”)*  Xin chúc mừng 2 đội đã hoàn thành xuất sắc phần đồng diễn thật đẹp mắt.  **c. Vận động cơ bản( phần chung sức)**  Ngay sau đây mời 2 đội đến với phần 2 của chương trình là phần chung sức  - Các đội thử đoán xem chương trình chuẩn bị những cái vòng để làm gì?  - Các đội có ý kiến rất hay nhưng hôm nay chương trình chuẩn bị những cái vồng này để 2 đội thực hiện bài tập “ Bật liên tục vào 5 vòng”  Để thực hiện được bài tập này các đội chú ý cô làm mẫu  - Cho trẻ chuyển đội hình đứng về đội hình 2 hàng ngang quay mặt vào nhau.  - Cô giới thiệu tên bài tập  - Cô làm mẫu và phân tích động tác  + Cô làm mẫu lần 1: Không phân tích  + Cô làm mẫu lần 2: Phân tích  Cô đi từ đầu hàng đến trước vạch. Khi có hiệu lệnh chuẩn bị tay chống hông chân hơi nhún. Khi có hiệu lệnh bật cô nhún người lấy đà bật chụm chân vào vòng trước mặt. Cô tiếp đắt bằng nửa bàn chân trên. Cứ như vậy cô bật liên tục vào các vòng sao cho chân không chạm vào vòng. Sau đó cô đi về cuối hàng.  + Lần 3: Cô mời 2 bạn lên làm mẫu  - Trẻ thực hiện  + Lần 1: Lần lượt các đội thực hiện.  + Lần 2: Hai bạn đầu hàng của hai đội thực hiện.  + Lần 3: Nâng cao, cô đưa thêm 1 vòng nữa cho trẻ( bạn nào tự tin bật vào 6 vòng thì chúng ta đổi sang nhé bạn nào không tự tin bật vào 6 vòng thì sang bên có 5 vòng nhé)  + Lần 4: Thi đua giữa hai đội( Bây giờ là phần thi đua giữa hai đội  ( Khi trẻ thực hiện cô chú ý sửa sai và động viên trẻ)  - Củng cố: Vậy chúng ta vừa tập bài tập có tên là gì?  - Cô mời 2 bạn lên tập lại.  Với phần chung sức cô thấy 2 đội thực hiện rất tốt. Cô khen cả 2 đội nào.  **c. Trò chơi vận động ( Phần về đích)**  Với phần về đích này 2 đội trải qua một trò chơi đó là trò chơi( Chuyền bóng qua đầu qua chân)  - Cách chơi:Hai đội đứng thành 2 hàng dọc, bạn đứng trước cách bạn đứng sau một cách tay, chân bước rộng bằng vai. Bạn đầu hàng sẽ là người cầm bóng. Khi có hiệu lệnh “Chuyền”thì bạn đầu hàng sẽ cầm bóng bằng 2 tay đưa lên qua đầu, hơi ngả tay về phía sau bạn phía sau đón bóng bằng 2 tay rồi làm động tác tương tự để chuyền bóng cho bạn tiếp theo cứ như vậy chuyền lần lượt đến bạn cuối cùng của hàng. Sau khi chuyền bóng qua đầu chúng ta tiếp tục chuyền bóng qua chân. Bạn cuối hàng cầm bóng chạy lên đầu cúi xuống chuyền bóng qua chân chân cho bạn phía sau. Bạn phái sau cúi đón bóng và chuyền bóng cho bạn tiếp theo. Cứ như vậy chuyền cho đến cuối hàng.  - Luật chơi trong khi chuyền bóng đội nào làm rơi bóng thì đọi đó phải chuyền lại từ đầu. Sau mỗi lượt chơi đội nào chuyền nhanh nhất đội đó sẽ chiến thắng.  - Trẻ chơi: Cô bao quát trẻ chơi và động viên trẻ chơi.  - Cô nhận xét tuyên dương trẻ  **d. Hồi tĩnh**  Vừa rồi các đội chải qua ba phần của chương trình rất tích cực và căng thẳng bây giờ ban tổ chức sẽ thưởng cho hai đội một bản nhạc chúng ta sẽ nhẹ nhàng thả lỏng cơ thể theo giai điệu của bài hát đó nhé.( Trẻ đi nhẹ nhàng thả lỏng cơ thể trên nền nhạc chim mẹ chim con)  => Giáo dục: Khi chúng ta thực hiện xong các bài tập các con cảm thấy thế nào?  Vì vậy chúng ta phải chăm tập thể dục thể thao để nâng cao sức khỏe nhất là trong đại dịch covid này nhé.  **3/ Kết thúc**  Hôm nay các bé đến với chương trình rất ngoan và thực hiện những yêu cầu của trương trình rất tốt. Vậy ban tổ sẽ tặng cho mỗi bạn một phần quà.  Hẹn gặp lại các bé | Trẻ lắng nghe  Trẻ lắng nghe  Trẻ trả lời  Trẻ khởi động  Trẻ trả lời  Con thấy cơ thể nóng lên ạ.  Trẻ lắng nghe  Trẻ tập bài tập phát triển chung  Trẻ lắng nghe  Để nhẩy ạ,để chui qua vòng ạ.  Trẻ lắng nghe  Trẻ quan sát cô làm mẫu  Trẻ lên tập  Trẻ tập  Bật liên tục vào 5 vòng.  Trẻ tập  Trẻ lắng nghe  Trẻ lắng nghe  Trẻ chơi  Trẻ lắng nghe  Trẻ trả lời  Trẻ lắng nghe  Trẻ lên nhận quà |