**GIÁO ÁO PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG**

**Đề tài** : Đi bước lùi liên tiếp trong khoảng 3m

TCVĐ: Ai nhanh ai khéo

**Lứa tuổi** : Mẫu giáo nhỡ 4 – 5 tuổi

**Thời gian** : 25 - 30 phút

**Số lượng** : 20 - 24 trẻ

**I. Mục đích - Yêu cầu**

**1. Kiến thức**

- Trẻ biết tên bài tập, biết giữ thẵng bằng khi đi để không bị ngã.

- Trẻ biết cách chơi trò chơi, hứng thú tham gia chơi trò chơi.

**2. Kỹ năng**

 - Luyện sự kéo léo, giữ thăng bằng khi đi lùi, luyện sức khỏe, mạnh dạn, tự tin.

**3. Thái độ**

- Góp phần giáo dục ở trẻ tính kỷ luật, tinh thần tập thể. Trẻ hứng thú với giờ học, có ý thức thi đua tập thể.

**II. Chuẩn bị**

**\* Chuẩn bị của cô**

- 2 vạch chuẩn.

- Sân tập bằng phẳng sạch sẽ

- Nhạc bài hát “Gia đình nhỏ, hạnh phúc to; Niềm vui gia đình; Ba thương con; Mẹ có yêu không nào; Mẹ yêu con”.

**\* Chuẩn bị của trẻ**

- Trang phục gọn gàng, sạch sẽ.

**III. Cách tiến hành**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **1. Khởi động**  - Cho trẻ hát bài hát “Gia đình nhỏ, hạnh phúc to”  - Trò chuyện với trẻ về nội dung bài hát .  - Các con vừa hát bài hát gì?  - Các con có yêu quý gia đình của mình không?  - Con phải làm gì để bố mẹ vui?  - Cô lắc xắc xô cho trẻ đi thành vòng tròn vừa đi vừa hát bài "Niềm vui gia đình" và đi theo hiệu lệnh của cô: Đi thường -> Đi kiễng gót -> Đi thường -> Đi bằng mũi bàn chân -> Đi thường -> Chạy chậm -> Chạy nhanh -> Chạy chậm -> Đi thường dứng theo vòng tròn.   - Chuyển đội hình 4 hàng ngang.  **2. Trọng động**  *\* Bài tập phát triển chung*  Cho trẻ tập trên nền nhạc bài hát “Ba thương con”:  - Động tác tay: Chân đứng rộng bằng vai, hai tay đưa lên cao, ra phía trước, dang ngang về tư thế chuẩn bị.  - Động tác chân: Hai tay chống hông, chân trái bước lên khuỵu gối sau đó đổi chân  - Động tác bụng: Hai tay đưa ra trước, quay người sang phải, sang trái.  - Động tác bật: Bật nhảy tại chỗ  Cho trẻ chuyển đội hình thành hai hàng ngang đứng quay mặt vào nhau.  *\* Vận động cơ bản*  Cô giới thiệu bài tập: Đi lùi  - Cô tập mẫu lần 1: Cô thực hiện vận động không giải thích  - Cô tập mẫu lần 2 kết hợp phân tích động tác: TTCB: Cô đứng trước vạch chuẩn thứ nhất, hai tay chống hông mắt nhìn thẳng, khi có hiệu lệnh “đi” cô bược đi lùi về phía sau đến vạch đích rồi cô đi về cuối hàng.  - Cô mời 1 trẻ lên tập mẫu.  Cô cho trẻ tập trên nền nhạc bài hát “Mẹ có yêu không nào”  - Cô mời 2 hàng lần lượt lên tập 1 lượt.  - Hai tổ thi đua.  - Mời cá nhân trẻ lên tập  - Trẻ tập cô chú ý quan sát sửa sai cho trẻ kịp thời, động viên tinh thần thi đua giữa các tổ.  - Cô mời 1 trẻ lên tập lại  - Củng cố: - Các con vừa học bài vận động gì?  *\* Trò chơi: Ai nhanh ai khéo*  -Yêu cầu của trò chơi “Ai nhanh ai khéo” đòi hỏi các thành viên trong đội phải đoàn kết, nhanh nhẹn  -Cách chơi: Cô đã chuẩn bị cho 2 đội 1 sân bóng và rất nhiều quả bóng. Cô chia lớp thành 2 đội, có số lượng bạn bằng nhau. 2 đội sẽ ngồi xung quanh sân bóng, tay cầm vào mép của sân bóng. Khi có hiệu lệnh “Bắt đầu” bằng tiếng còi, cô sẽ thả 1 quả bóng vào giữa sân bóng. Nhiệm vụ của 2 đội là dùng sự khéo léo của đôi tay di chuyển bóng lăn vào gôn của đội bạn.  -Luật chơi: Thời gian chơi được tính bằng 1 bản nhạc. Đội nào di chuyển bóng vào gôn của đội bạn trước, đội đó sẽ giành được 1 cây nấm. Khi kết thúc bản nhạc, đội nào giành được nhiều cây nấm hơn đội đó sẽ là đội chiến thắng  -Cô cho trẻ chơi 2 - 3 lần  -Cô nhận xét trò chơi, khen ngợi, động viên trẻ.  - Giáo dục trẻ chăm ngoan, vâng lời ông bà, bố mẹ. Chăm tập thể dục để cơ thể khỏe mạnh...  **3. Hồi tĩnh**  - Cho trẻ đi lại nhẹ nhàng 1, 2 vòng  sân (Cô bật nhạc bài hát Mẹ yêu không nào) | - Trẻ hát  - Trẻ trò chuyện cùng cô  - Trẻ thực hiện  - 4 lần x 4 nhịp  - 6 lần x 4 nhịp  - 4 lần x 4 nhịp  - 4 lần x 4 nhịp  - Quan sát cô tập  - Chú ý quan sát và lắng nghe  - Trẻ lên tập mẫu  - Trẻ lần lượt lên tập  - Tổ thi đua  - Cá nhân trẻ tập  - Trẻ lên tập lại  - Đi lùi  - Nghe cô nói luật chơi, cách chơi.  - Lắng nghe  - Trẻ đi lại nhẹ nhàng |