PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HUYỆN THANH OAI

TRƯỜNG MẦM NON TAM HƯNG A



**GIÁO ÁN**

***LĨNH VỰC PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT***

***HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG***

# **Đề tài*:* VĐCB: Bật qua vật cản 10 – 15 cm**

**TCVĐ: Câu cá**

Lứa tuổi: MG nhỡ (4 - 5 tuổi. Lớp B1)

Số lượng: 24 trẻ.

Thời gian: 25 – 30 phút.

Giáo viên thực hiện: *Nguyễn Thị Thanh Dung – Phạm Thị Hằng*

***Năm học 2022 – 2023***

**GIÁO ÁN**

**LĨNH VỰC PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT**

**HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG**

# **Đề tài:** **VĐCB: Bật qua vật cản 10 – 15 cm**

**TCVĐ: Câu cá**

Lứa tuổi: MG nhỡ (4 - 5 tuổi. Lớp B1)

Số lượng: 24 trẻ.

Thời gian: 25 – 30 phút.

Giáo viên thực hiện: Nguyễn Thị Thanh Dung – Phạm Thị Hằng

**I. MỤC ĐÍCH YÊU CẦU**

**1.Kiến thức**

**-** Trẻ biết tên vận động “Bật qua vật cản 10 – 15 cm”

- Trẻ biết tên trò chơi “Câu cá”

- Trẻ biết cách “Bật qua vật cản 10 – 15 cm” chân đứng sát mép vạch (không chạm vạch), 2 tay thả xuôi. Khi có hiệu lệnh “Bật” 2 tay đưa ra phía trước, lăng nhẹ xuống dưới, ra sau, đồng thời gối hơi khuỵu, người hơi cúi về phía trước, nhún hai chân, bật qua vật cản và tiếp đất bằng hai mũi bàn chân.

- Trẻ biết cách chơi trò chơi “Câu cá”

**2.Kỹ năng**

- Trẻ nói được tên vận động “Bật qua vật cản 10 – 15 cm”

- Trẻ nói được tên trò chơi “Câu cá”

- Trẻ thực hiện được vận động “Bật qua vật cản 10 – 15 cm” 2 chân đứng sát mép vạch (không chạm vạch), 2 tay thả xuôi. Khi có hiệu lệnh “Bật” 2 tay đưa ra phía trước, lăng nhẹ xuống dưới, ra sau, đồng thời gối hơi khuỵu, người hơi cúi về phía trước, nhún hai chân, bật qua vật cản và tiếp đất bằng hai mũi bàn chân.

- Trẻ chơi được trò chơi “Câu cá”

- Trẻ được luyện tập sức bền, mạnh, khéo qua các phần bài tập

- Kỹ năng tự phục vụ: Trẻ cất dọn đồ dùng gọn gàng.

**3.Thái độ**

- Trẻ tham gia tích cực hào hứng và phối hợp tốt vận động

- Mạnh dạn, tự tin nền nếp và thể hiện sự chủ động trong các bài tập thể chất.

**II CHUẨN BỊ**

1**.Đồ dùng của cô**

- Loa đài: Nhạc các Bài hát: Let’s Talk About The Man, Cháu yêu cô chú công nhân, nhạc nhẹ không lời,

- 1 chiếc còi thổi.

- Vật cản 10 – 15 cm, vật cản 20 cm

**2. Đồ dùng cho trẻ**

- Vạch xuất phát

- Rổ đựng

- Cần câu, cá, hộp nhựa.

- Trang phục gọn gàng

**III. Cách tiến hành**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **1. Ổn định tổ chức- tạo hứng thú**  - Cô hỏi trẻ cần làm gì để có sức khỏe tốt  - Cô mời trẻ cùng tập luyện để nâng cao sức khỏe  **2. Phương pháp hình thức tổ chức**  **\* Khởi động – PTPTC**  ***Khởi động.***  Trẻ đi vòng tròn, đi thường, đi bằng gót chân, ngón chân, nghiêng bàn chân, chạy chậm, chạy nhanh rồi về 4 hàng ngang kết hợp hát bài “Let’s Talk About The Man”.  - Cho trẻ chuyển đội hình từ vòng tròn thành 4 hàng ngang để tập BTPTC  ***Trọng động***  ***\* BTPTC:***Tập theo lời bài hát “Cháu yêu cô chú công nhân”  + Tay: Đưa 2 tay ra trước – gập khuỷu tay (Chú công nhân…..yêu chú công nhân).  + Bụng: 2 tay đưa lên cao, nghiêng người sang trái, phải (Chú công nhân…..yêu chú công nhân).  + Chân: Ngồi xuống, đứng lên (Chú công nhân …… yêu chú công nhân).  + Bật: Bật về phía trước (Nhạc dạo …..yêu chú công nhân).  Cho trẻ về hàng đứng thành 2 hàng ngang quay mặt vào nhau cách nhau 4m.  **\* Trọng động: VĐCB: Bật qua vật cản 10 – 15 cm**  - Cho trẻ quan sát trên sân tập có đồ dùng và dụng cụ gì?  - Với đồ dùng này con sẽ suy nghĩ thực hiện vận động gì?  - Cô giới thiệu tên vận động (Bật qua vật cản 10 – 15 cm)  - Cô gọi 2 trẻ lên thực hiện “Bật qua vật cản 10 – 15 cm” (Hỏi cảm giác của trẻ khi thực hiện VĐ này)  - Cô làm mẫu 1 lần, không giải thích.  - Lần 2 phân tích động tác: Chân đứng sát mép vạch (không chạm vạch), 2 tay thả xuôi. Khi có hiệu lệnh “Bật” 2 tay đưa ra phía trước, lăng nhẹ xuống dưới, ra sau, đồng thời gối hơi khuỵu, người hơi cúi về phía trước, nhún hai chân, bật qua vật cản và tiếp đất bằng hai mũi bàn chân. (Sau đó cô về cuối hàng đứng)  - Cô cho trẻ thực hiện lần lượt đến khi hết lượt. Cô bao quát động viên giúp đỡ trẻ thực hiện bài tập.  (Cô chú ý sửa sai cho trẻ)  - Cô cho 2 tổ thi đua cô bao quát, sửa sai giúp đỡ trẻ thực hiện.  + Nâng cao: Thực hiện vận động: Bật qua vật cản cao 15- 20 cm (Cô nâng chiều cao của vật cản lên 15 - 20cm)  - Cho trẻ thực hiện lần lượt tới khi hết. Trong khi trẻ thực hiện cô bao quát giúp đỡ trẻ nếu trẻ cần.  - Củng cố: Cô hỏi lại trẻ tên bài tập.  **\* Trò chơi vận động: Câu cá**  - Hôm nay cô thấy các con học rất giỏi nên cô tặng các con 1 trò chơi, đó là trò chơi “Câu cá”  + Cách chơi: Cô chia lớp làm 2 đội, nhiệm vụ của các con lên bật qua 3 vật cản sau đó lấy cần câu cá bỏ vào giỏ của đội mình.  + Luật chơi: Thời gian chơi là 1 bản nhạc hết nhạc đội nào câu được nhiều cá hơn đội đó sẽ dành chiến thắng.  - Cô cho trẻ chơi. Chơi xong cô cùng trẻ kiểm tra kết quả  **\* Hồi tĩnh:**  - Cô cùng trẻ đi lại nhẹ nhàng kết hợp với nhạc nhẹ không lời.  **3. Kết thúc:**  **-** Cô nhận xét chung hoạt động học, tuyên dương trẻ**.**  - Giáo dục trẻ thường xuyên tham gia tập thể dục.  **-** Trẻ cất dọn đồ dùng cùng cô. | - Trẻ trả lời  - Trẻ vận động theo nhạc cùng cô và bạn  - Trẻ tập cùng cô  - Trẻ trả lời  - Trẻ trả lời  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ trải nghiệm vận động  - Trẻ trả lời  - Trẻ chú ý quan sát  - Trẻ chú ý quan sát  - Trẻ thực hiện vận động  - Trẻ hoàn thiện được vận động và thử sức với các kỹ năng nâng cao  - Trẻ lắng nghe cách chơi và chơi  - Trẻ đi lại nhẹ nhàng và hít thở sâu  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ cất dọn đồ dùng |