**GIÁO ÁN**

**LĨNH VỰC: PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT**

**HOẠT ĐỘNG: THỂ DỤC GIỜ HỌC**

**ĐỀ TÀI: LĂN BÓNG BẰNG 2 TAY VÀ ĐI THEO BÓNG**

**GV: TRẦN THỊ LIÊN**

**I.** **Mục đích yêu cầu:**

**+ Kiến thức:**

Trẻ biết tên bài tập, thực hiện đúng kỹ thuật bài tập. Lăn bóng bằng 2 tay và đi theo bóng

**+ Kỹ năng:**

Rèn kỹ năng phối hợp chân, tay nhịp nhàng, khéo léo khi thực hiện vận động Lăn bóng bằng 2 tay và đi theo bóng

Rèn kỹ năng tập trung, quan sát, chú ý.

**+ Giáo dục:**

Giáo dục trẻ tích cực tham gia hoạt động. Có ý thức trật tự chờ đến lượt và chú ý nghe hiệu lệnh của cô.

**- Chuẩn bị:**

Sàn phẳng, sạch.

Chuẩn bị bóng. Đường dích dắc rộng 45cm.

Đồ dùng cho trẻ chơi trò chơi.

**II. Tiến hành hoạt động:**

**\* Hoạt động mở đầu:**

**Ổn định:**

(Xúm xít)2

Cô đố các con.

Nghề gì vất vả  
 Xô, xẻng, thước, bay  
 Gạch xếp thẳng ngay  
 Xây thành nhà cửa?

Và để nhớ ơn các cô chú công nhân, trong đó có công nhân xây dựng. Hôm nay cô tổ chức “Ngày hội công nhân”.

Đến với ngày hội hôm nay có nhiều nội dung phong phú. Các con có thích tham gia không nào?

**\* Hoạt động trọng tâm:**

**a. Khởi động:**

Trước khi tham gia, chúng ta cùng khởi động nào! (Cho trẻ đi các kiểu chân trên nền nhạc.)

**b. Trọng động:**

Thế các đội đã sẵn sàng chưa? Chúng ta bắt đầu vào nội dung thứ nhất, với phần “đồng diễn”.

**\* Bài tập phát triển chung:**

- Trẻ xếp đội hình 4 hàng ngang. Tập theo nhịp bài “cháu yêu cô chú công nhân” (tập với vòng gậy).

+ Động tác tay: 2 tay đưa lên cao, 2 tay đưa về phía trước (2 lần 8 nhịp)

+ Động tác bụng lườn: 2 tay đưa lên cao, nghiêng người sang trái, sang phải (4 lần 8 nhịp).

+ Động tác chân: Chân khụy gối, 2 tay đưa về phía trước, 2 tay đưa lên cao.(2 lần 8 nhịp)

+ Động tác Bật: Bật chụm tách chân (2 lần 8 nhịp)

Qua phần giao lưu, hai đội đã thể hiện tài năng của mình thật xuất sắc, một tràng pháo tay dành cho hai đội.

**\* Vận động cơ bản:**

Tiếp tục chương trình, xin mời hai đội đến với ND thứ 2, đó là ND: “Hợp tác thi tài”.

Nào! các đội hãy về vị trí. (trẻ xếp hai hàng dọc)

Các con có biết đây là gì không? (đường dích dắc)

Làm thế nào để con qua được những đường dích dắc này?

Con bật qua, con nhảy qua, con đi qua...

Các ý tưởng rất hay, từ ý tưởng đó hôm nay cô tổ chức cho hai đội thi đua Lăng bóng bằng 2 tay và đi theo bóng. Cho trẻ đồng thanh:

Để thực hiện được bài tập này thì hai đội hãy chú ý quan sát nhé!

Lần 1: Trẻ thực hiện (không phân tích)

Lần 2: Trẻ thực hiện (cô phân tích)

**TTCB:** Đặt bóng đứng trước vạch xuất phát, 2 tay chạm bóng, mắt nhìn về phía trước. Khi có hiệu lệnh xuất phát, các cháu sẽ lăn bóng bằng 2 tay và đi theo bóng sao cho bóng không lăn ra ngoài đường díc dắc, đầu ngẩng cao, mắt nhìn thẳng về đến đích.

Mời 1 - 2 trẻ khá lên thực hiện trước. Cô nhận xét và sửa sai cho trẻ.

Mời cả lớp thực hiện (Mời trẻ từng đội thực hiện).

Từng đội lần lượt thực hiện (cô quan sát động viên, sửa sai cho trẻ).

Cô nhận xét 2 đội.

Mời cá nhân lên thực hiện.

\* Nâng cao: 2 Đội thi đua lăn bóng theo đường gồ ghề

Cuối cùng là ND: “Chung sức”.

Qua hai ND trên, Cô nhìn thấy hai đội đều rất xuất sắc, đây là ND cuối cùng để chọn ra đội xuất sắc nhất.

**\* Trò chơi:** Kéo co

Cô nêu cách chơi và luật chơi.

Cho trẻ chơi, cô quan sát động viên trẻ.

Cô nhận xét, tuyên dương.

Giáo dục trẻ: Các con ơi để cơ thể khỏe mạnh ngoài việc ăn uống đủ chất dinh dưỡng thì chúng ta phải thường xuyên tập thể dục các con nhớ chưa nào.

**\* Kết thúc hoạt động:**

**Hồi tĩnh:**

Sau đây Cô xin mời 2 đội cùng dạo chơi thư giãn nào!

Trẻ đi nhẹ nhàng, hít thở sâu và ra ngoài.