**GIÁO ÁN**

**LĨNH VỰC: PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT**

**HOẠT ĐỘNG: THỂ DỤC GIỜ HỌC**

**ĐỀ TÀI: TRƯỜN SẤP CHUI QUA CỔNG**

**GV: NGUYỄN THỊ NGỌC MAI**

**I.** **Mục đích yêu cầu:**

**\*Kiến thức:**

Trẻ biết phối hợp chân nọ tay kia trườn sấp chui qua cổng không được chạm cổng.

Phát triển tố chất vận động, sức mạnh, khéo léo của cơ thể.

Biết thực hiện theo hiệu lệnh và làm theo hiệu lệnh.

**\*Kỹ năng:**

Hình thành cho trẻ kỹ năng khéo léo linh hoạt, phản ứng nhanh theo hiệu lệnh của cô.

Trẻ biết quan sát và đợi đến lượt mình.

**\*Giáo dục:**

Giáo dục trẻ kính trọng và yêu mến các chú bộ đội. Có ước mơ trở thành các chú bộ đội trong tương lai để bảo vệ vùng trời, vùng biển cho tổ quốc.

- **Chuẩn bị:**

Giáo án, bài giảng điện tử

Vòng, gậy thể dục

Dây cho trẻ chơi trò chơi

Cổng chui

Các bài hát :

Chú bộ đội

Chúng tôi là chiến sĩ

Cảm ơn chú bộ đội

Cháu thương chú bộ đội

**II.** **Tổ chức hoạt động:**

**\* Mở đầu hoạt động**

Tôi Nguyễn Thị Ngọc Mai xin chào các chiến sĩ tí hon, đến với chương trình chúng tôi là chiến sĩ

Đặc biệt chương trình chúng tôi là chiến sĩ hôm nay có các cô giáo trong Ban Giám Hiệu trường Mầm Non Đại Hồng có về tham dự với chúng ta ngày hôm nay các chiến sĩ tí hon hãy dành tràng pháo tay để chào mừng các cô.

Tôi xin giới thiệu về tham gia chương trình chúng tôi là chiến sĩ hôm nay có 2 đội tham gia đó là đội Bộ binh và đội Hải quân chúng ta hãy cho tràng pháo tay chào mừng 2 đội chơi !

Cuộc thi gồm có 3 phần

+ Phần thi thứ nhất: Chiến sĩ khỏe

+ Phần thi thứ hai: Thử tài chiến sĩ

+ Phần thi thứ ba: Sức mạnh đồng đội

Các chiến sĩ tí hon đã sẵn sàng tham gia phần thi chúng tôi là chiến sĩ chưa?
Để chuẩn bị bước vào các phần thi mời các chiến sĩ cùng nhau khởi động theo đội hình vòng tròn

\*Khởi động:

Cho trẻ đi các kiểu chân theo đội hình vòng tròn theo bài hát: Cảm ơn chú bộ đội

Cho trẻ thực hiện lần lượt các vận động: Đi thường - đi bằng mũi chân, đi thường đi bằng gót chân, chạy chậm - chạy nhanh - chạy chậm - đi thường.

**\* Hoạt động trọng tâm:**

**\*Trọng động:Bài tập phát triển chung:**

Để mở đầu cho hội thi hôm nay là phần thi “Chiến sĩ khoẻ”

Các chiến sĩ tí hon hãy chuẩn bị đội hình cho phần thi này nhé

Phần thi này các chiến sĩ chúng ta cùng nhau tập thể dục theo bài nhạc đội nào tập đẹp đều, đúng động tác thì sẽ chiến thắng

\*Tập BTPTC: Trẻ tập theo nhịp nhạc bài “Chú bộ đội”.

Tay vai: Hai tay đưa ra trước, đưa lên cao (4lần x 8 nhịp)

Bụng lườn: Hai tay đưa lên cao, nghiêng người sang hai bên ( 2 lần x 8 nhịp)

Chân: Hai tay đưa lên cao, đưa ra trước kết hợp nhún chân ( 4 lần x 8 nhịp)

Bật: Bật tách chân, khép chân ( 2 lần x 8 nhịp)

Chuyển đội hình thành hai hàng dọc

Sau phần thi Chiến sĩ khoẻ cả 2 đội đều thể hiện rất là xuất sắc vỗ tay tuyên dương cả hai đội.

Các chiến sĩ không ngại khó ngại khổ để bảo vệ quê hương, đất nước và để thấy các chiến sĩ ta tài giỏi như thế nào chúng ta cùng đến với phần thi “Thử tài chiến sĩ”

Đến với thử thách này cô có chuẩn bị cổng chui, vậy các chiến sĩ hay suy nghĩ xem mình sẽ làm gì với cái cổng chui này.( cô mời 2-3 trẻ trả lời theo ý trẻ). Vậy hôm nay với cái cổng này cô sẽ cho các chiến sĩ thực hiện bài tâp: Trườn sấp chui qua cổng.( Cho trẻ đồng thanh 2-3 lần)

**VĐCB:** Trườn sấp chui qua cổng.

Để giúp các đội tham gia tốt phần tập “Trườn sấp chui qua cổng” cô mời:

Trẻ làm mẫu lần 1. Không phân tích.

Trẻ làm mẫu lần 2. Cô phân tích.

**+ TTCB**: Trẻ nằm sát sàn trước vạch xuất phát. Khi có hiệu lệnhthì các con trườn về phía trước, mắt nhìn thẳng đầu không cúi, tay chân phối hợp nhịp nhàng, trườn bằng bàn tay cẳng chân theo hướng thẳng và chui qua cổng, khi trườn chú ý không được chạm cổng.

Trẻ làm mẫu lần 3. Không phân tích.

\*Trẻ thực hiện

Luyện tập:

Cả lớp, tổ, nhóm, cá nhân thực hiện

Cô quan sát nhắc nhỡ, sửa sai cho trẻ.

Các chiến sĩ đã thực hiện tốt phần thi này rồi, chúng ta hãy sẵn sàng bước vào thi đua 2 đội

Bây giờ các đội thi đua trường sấp chui qua các cổng chuyển lương thực về cho đội mình. Đội nào chuyển được nhiều lương thực đội đó thắng trong trò chơi này. ( nếu mỗi lần thực hiện chiến sĩ nào chạm cổng thì phần lương thực đó không tính)

c.Trò chơi: “Sức mạnh đồng đội”

Phần thi thứ 3 mang tên: “Sức mạnh đồng đội” với nội dung thi “Kéo co”. Đây là phần thi mang tính chất quyết định đội nào sẽ giành chiến thắng
Cách chơi: Chia trẻ làm 2 đội thi đua, cô chuẩn bị 1 sợi dây thừng và mỗi đội sẽ mời 5 bạn lên chơi, ở giữa 2 đội sẽ có vạch ranh giới. Khi có hiệu lệnh thì 2 đội sẽ dùng sức cố gắng kéo thật mạnh về phía đội mình.

Luật chơi: Đội nào bị kéo qua khỏi vạch ranh giới thì đội đó thua cuộc.
Cô nhận xét trẻ sau mỗi lần chơi.

Cô cho trẻ chơi 2 lần.

Giáo dục: Công việc của các chiến sĩ thật là vất vả ngày đêm phải lo canh gác để bảo vệ quê hương đất nước cho chúng ta được yên vui dưới mái trường này. Vì vậy các con phải biết kính trọng và yêu mến các chú bộ đội. Có ước mơ trở thành các chú bộ đội trong tương lai để bảo vệ vùng trời, vùng biển cho tổ quốc.

Chương trình chúng tôi là chiến sĩ hôm nay nhằm giúp các chiến sĩ thư giãn sau những ngày vất vả

**Hồi tĩnh:** Các chiến sĩ đã thể hiện rất suất sắc phần thi của mình, các chiến sĩ cùng nhau thư giản đi nào. Trẻ đi hít thở nhẹ nhàng theo bài hát: “Cháu thương chú bộ đội”