**Giáo án: BƯỚC QUA VẬT CẢN**

**Mục đích yêu cầu:**

Trẻ thực hiện được vận động : Bước qua vật cản.

1. **Chuẩn bị.**

- Sàn tập bằng phẳng không có chướng ngại vật.

- Vật cản.( Gậy dài 1,5m - 2m) kê cao cách mặt đất 10cm, các gậy cách nhau 50cm.

1. **Tổ chức hoạt động**

**HĐ1: Gây hứng thú**:

- Cô và trẻ hát bài “Búp bê”

- Bạn Búp bê đi học có ngoan không?

- Các con đi học có ngoan không?

- Đến lớp có nhiều đồ chơi, có nhiều các bạn và cô giáo đấy. Hôm nay chúng mình sẽ đến thăm nhà bạn búp bê nhé.

Để đến được nhà bạn Búp bê chúng ta phải đi qua các vật cản đấy.

Nào cô cháu mình cùng khởi động nhé.

**HĐ 2: Bước qua vật cản.**

**a.Khởi động.**

- Cho trẻ đi hoặc chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh nơi tập 1 phút.

**b.Trọng động:**

* Bài tập phát triển chung.

Tay vai: Đưa bóng lên cao

Lưng,Bụng: Cầm bóng lên

Chân: Bóng nảy

* **Vận động cơ bản: Bước qua vật cản.**

- Các con đến nhà bạn Búp bê phải bước qua các vật cản này

- Cô làm mẫu lần 1: Không giải thích.

- Cô làm mẫu lần 2,3: Cô đi từ vạch xuất phát đến điểm vật cản cô bước chân phải qua vật cản, cô nhấc chân sao cho chân không chạm vào vật cản. Sau đó cô nhấc chân còn lại qua. Cứ như thế cho hết qua các vật cản còn lại rồi cô đi về hàng.

- Cô cho 1 – 2 trẻ bước theo cô.

- Cho cả lớp xếp hàng và từng trẻ thực hiện 2 – 3 lượt.

- Sau khi thực hiện xong trẻ đứng lên đi về chỗ của mình( cô nhắc nhở trẻ biết chờ đợi đến lượt mình)

-Trẻ thực hiện, cô chú ý quan sát và sửa sai cho trẻ

- Giáo dục trẻ:Tập thể dục rất tốt cho cơ thể nên các con phải tập thể dục thường xuyên để cho cơ thể chúng mình phát triển hài hòa cân đối

* **Trò chơi vận động “ Nu na nu nống”**

- Cách chơi: Cô cho trẻ ngồi xuống , tay phải đập vào chân, chân duỗi thẳng và đọc bài đồng dao “Nu na nu nống” vừa vỗ vào chân từng bạn. từ “ trống” cuối cùng kết thúc ở chân nào thì chân đó co lại. cứ tiếp tục như thế cho đến khi tất cả các chân đều co lại hết.

- Cô cho trẻ chơi 2,3 lần tùy vào hứng thú của trẻ.

**c, Hồi tĩnh.**

- Cho trẻ làm các động tác nhẹ nhàng: Hai tay đưa lên cao rồi vòng xuống dưới thả lỏng; Chân thả lỏng, 2 tay vẫy nhẹ; uốn người sang 2 bên tay thả lỏng theo chiều uốn của thân

* **Kết thúc.**

- Cô nhận xét buổi học và chuyển hoạt động