**LĨNH VỰC PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT**

**Đề tài :** VĐCB: Đi trong đường hẹp

**I.MỤC ĐÍCH- YÊU CẦU:**

1. **Kiến thức:**

- Trẻ nói tên của bài tập VĐCB:– Bước qua vật cản.

-Trẻ biết bò chui qua cổng ,bước chân qua các vật cản

- Trẻ hái quả để vào rổ.

**2.** **Kỹ năng:**

-Trẻ thực hiện được vận động “ Bò chui qua cổng – Bước qua vật cản”. Biết bò cúi thấp lưng không chạm cổng,bò bằng cẳng tay,cẳng chân.Đứng đúng tư thế bước qua vật cản .

**-** Trẻ khéo léo hái được quả để vào rổ.

1. **Thái độ:**

- Trẻ mạnh dạn, tự tin tham gia tập luyện.

- Trẻ biết nghe theo hiệu lệnh của cô.

- Trẻ yêu thích tham gia thể dục, biết nhường nhịn, đoàn kết với bạn khi tập luyện.

**II. CHUẨN BỊ:**

**1. Đồ dùng của cô:**

- Hoa đeo tay,

- Cổng ,vật cản ( 7cm)

- Xắc xô

- Nhạc bài : Thể dục

- Giàn quả

**2. Đồ dùng của trẻ:**

- Quần áo đầu tóc gọn gàng

- Hoa đeo tay

**3. Địa điểm:** - Trong lớp học

**III. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG:**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA CÔ** | **HOẠT ĐỘNG CỦA TRẺ** |
| 1. **Ổn định tổ chức**   Cô cho trẻ nghe tiếng gà và hỏi trẻ  - Các con có nghe thấy tiếng gì không?  - Không biết tiếng gà ở đâu nhỉ? Cô và chúng mình cùng đi tìm xem tiếng gà phát ra từ đâu nhé  **2. Nội dung chính**  ***2.1. Khởi động:*** cô cho trẻ tập trên nền nhạc “ đàn gà trong sân”  - Mình cùng lên đường nào….( đi thường - cúi lưng – đi thường chạy chậm – chạy nhanh – chậm dần về đội hình)  ***2.2. Trọng động:***  -À thì ra tiếng gà vừa rồi phát ra từ trang trại gà đấy. Các con nhìn xem những chú gà có đáng yêu không?  -Các con cùng làm những chú gà con nào.  Cô bật nhạc “ Đàn gà con” cho trẻ tập.  **\* BTPTC**:  +Hai tay chống hông, nghiêng người qua hai bên  +Tay làm gà vỗ cánh , chân dậm tại chỗ  +Cúi người tay mổ vào gối  +Hai tay chống hông quay 1 vòng  -Các chú gà đáng yêu quá .Khen các chú gà nào.  -Các con có nhìn thấy quả gì kia không?  -Gà mẹ bận quá ,nên chưa kịp xếp trứng gọn vào ổ.Các con hãy nhặt trứng giúp gà mẹ nhé.  -Nhưng để nhặt được trứng giúp gà mẹ các con phải trải qua một con đường hẹp, rất khó đi.Các con háy cố gắng nhé.  **\* Vận động cơ bản: bước qua vật cản**  Cô giới thiệu tên vận động.  *+Lần 1*: Cô thực hiện vận động: Đi trong đường hẹp (Không phân tích)  Cô hỏi trẻ tên vận động.  *+ Lần 2*: Cô thực hiện vận động, kết hợp phân tích động tác  Tư thế chuẩn bị: Cô đứng dưới vạch xuất phát,khi có hiệu lệnh cô bước về phía trước.Các con chú ý đi trên đường chậm thôi nhé, khéo léo không được chạm vào hai bên đường nhé.Khi đến nơi các con hãy nhặt 1 quả trứng và để vào ổ giúp gà mẹ  -Bạn nào có thể làm giống cô nào?  ***Tổ chức cho trẻ tập luyện****:*  Cô mời 1 trẻ lên tập  Cô lần lượt 2 trẻ lên tập (cô chú ý động viên sửa sai cho trẻ)  Cô cho trẻ tập lần 2  -Bây giờ cô mời 2 đội lên đi xem đội nào đi khéo hơn,các con đồng í không nào?  -Nhưng ở lần này con đường đi khó hơn một chút ,các con cố gắng lên nhé .  Cô nhắc nhở và động viên những trẻ yếu.  - ***Củng cố*** :  + ) Cho trẻ nhắc lại tên bài tập  -Cô vừa cho các con tập bài vận động gì nào?  Cô tập lại 1 lần cho trẻ xem  **\*TCVĐ: Gà vào vườn rau**  -Mẹ gà rất vui khi được các con nhặt trứng giúp,nên mẹ gà đã mời chúng mình vào vườn rau để chơi và tìm giun.  -Các con có muốn đi không? Nhưng khi vào vườn rau các con hãy đi nhẹ nhàng nếu không sẽ làm nát rau của bác nông dân.Khi bác nông dân đến các con hãy chạy thật nhanh về nhà nhé.  (cho trẻ chơi từ 2 đến 3 lần)  ***2.3.* Hồi tĩnh:**  Cho trẻ thi xem ai đi khẽ nhất trong phòng tập 1- 2 vòng  - Những chú gà con theo mẹ đi tìm mồi nào.  **3.Kết thúc**:  Cô nhận xét chung: Hôm nay cô thấy các con rất ngoan rất giỏi. Cô chúc các con luôn ngoan ngoãn, đi học đều và nghe lời cô và bố mẹ nhé | -Gà ạ |