**ĐỀ TÀI: ĐI TRONG ĐƯỜNG HẸP ĐẦU ĐỘI TÚI CÁT**

 **I. MỤC ĐÍCH YÊU CẦU:**

 - Trẻ biết đi trong đường hẹp đầu đội túi cát. Phát triển khả năng định hướng không gian.

**II. CHUẨN BỊ:**

 - Bóng.

- Nhạc thể dục

- Túi cát

**III. TIẾN HÀNH:**

1. **Khởi động:**

- Cho trẻ đi chơi cùng cô, khởi động với các động tác: đi thường, đi mũi bàn chân, gót chân, khom lưng ,chạy chậm, chạy nhanh...

 **2. Trọng động:**

**a. Bài tập phát triển chung:**

+ Tay 4: tay đưa ra phía trước, lên cao sau đó hạ xuống. (2lần x 8 nhịp )

+ Bụng 3: Cúi gập người (2 lần x 8 nhịp )

+ Chân 1: Đứng lên ngồi xuống liên tục ( 3 lần x 8 nhịp)

+ Bật 1: Bật tại chỗ (2 lần x 8 nhịp )

**b. Vận động cơ bản: “Đi trong đường hẹp đầu đội túi cát”**

- Cô làm mẫu: Cô đi đến vạch xuất phát, khi có hiệu lệnh “chuẩn bị” cô cầm túi cát để lên đầu và dang hai tay sang hai bên để giữ thăng bằng. khi có hiệu lệnh “bắt đầu”cô đi trong đường hẹp. Khi đi mắt cô nhìn về phía trước và đi khéo léo để không làm rơi túi cát về đến đích cô đặt túi cát vào rổ sau đó cô đứng về cuối hàng.

- Cô mời 2 bạn lên làm mẫu

- Sau đó cô cho cả lớp thực hiện

- Cô quan sát, sửa sai và động viên trẻ.

**c. Trò chơi vận động: “Chuyền bóng”**

- **Cách chơi:** Chia trẻ làm 2 đội. Khi có hiệu lệnh, bạn đầu tiên cầm bóng hơi ngả người ra phía sau chuyền cho bạn tiếp theo.

- **Luật chơi**: Trẻ nào làm rơi bóng thì ra ngoài 1 lần chơi.

- Cho trẻ chơi 2-3 lần.

 **3. Hồi tỉnh:**

- Trẻ đi hít thở nhẹ nhàng

**IV. KẾT THÚC:**