**Đề tài: BÒ VÒNG QUA 7 ĐIỂM DÍCH DẮC CÁCH NHAU 1,5M THEO ĐÚNG YÊU CẦU**

**I.Mục đích yêu cầu:**

- Bò vòng qua 5-6 điểm dích dắc cách nhau 1,5m theo đúng yêu cầu.

**II. Chuẩn bị :**

* 4 vạch mức, 28 khối hộp
* Nhạc “ Nắng sớm”

**III. Tiến hành**

**♦ KHỞI ĐỘNG:**

    Trẻ đi và chạy kết hợp với nhạc (Đi kiễng chân, đi bình thường, đi bằng gót chân, đi bình thường, đi bằng mép ngoài bàn chân, đi bình thường…. kết hợp xoay vai, xoay cánh tay, xoay cổ tay, ….chạy chậm, chạy bình thường, chạy nhanh, chạy bình thường, chạy chậm, chạy bình thường…)

**♦ TRỌNG ĐỘNG:**

*\* Bài tập phát triển chung:*

  + Tay 2: Tay đưa ra phía trước, đưa lên cao(2L x 8N)

  + Bụng 6: Ngồi duỗi chân, quay người sang hai bên (4L x 8N )

 + Chân 2: Ngồi khuỵu gối (tay đưa cao, ra trước) (2L x 8N)

 + Bật 1: Bật tiến về phía trước (1L x 8N )

*\* Vận động cơ bản:* “Bò dích dắc qua 7 điểm”

- Trẻ thực hiện mẫu,cô giải thích vận động: Chuẩn bị tư  thế  bò trước vạch mức, bò dích dắc đến điểm 1 không chạm điểm, tiếp tục bò  đến điểm cuối cùng sau đó đi về cuối hàng.

- Trẻ chia 4 nhóm thực hiện vận động

\* *Trò chơi vận động* : Chơi “Nhảy lò cò"

+ Cách chơi: Chia làm 5 nhóm, từng trẻ của mỗi nhóm nhảy lò cò vào ô vẽ sẵn

+ Luật chơi: Bạn nào đạp lên vạch mức sẽ bị dừng cuộc chơi

- Trẻ chơi 2 - 3 lần

**♦ HỒI TĨNH:**

 - Trẻ đi hít thở nhẹ nhàng