**ĐẬP VÀ BẮT BÓNG 4 – 5 LẦN LIÊN TIẾP**

**I. MỤC ĐÍCH YÊU CẦU:**

Trẻ biết đập bóng và bắt bóng bằng hai tay.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Bóng nhựa: 16 quả.

- Rổ nhựa: 4 cái.

- Mũ: Thỏ (16 cái), Cáo (1cái).

 - Nhạc: “Em đi chơi thuyền”; “Trời nắng trời mưa”

**III.TIẾN HÀNH:**

**1. Khởi động:**

Cho trẻ di chuyển theo đội hình vòng tròn, tập các động tác khởi động cùng cô: vỗ  tay, xoay vai, đánh tay cao – tay thấp, đi kiễng chân, chạy nhanh –  chậm, kết hợp với bài hát “Chú ếch con”

**2. Trọng động:**

**\*Bài tập phát triển chung:**

  - Tay 1: Hai tay đưa ra trước, lên cao (3 lần x 8 nhịp).

  - Lườn 2: Đứng nghiêng người sang hai bên (2 lần x 8 nhịp).

  - Chân 4: Đứng co một chân (2 lần x 8 nhịp).

  - Bật 3: Bật tách chân, khép chân (1 lần x 8 nhịp).

**\*Vận động cơ bản: “Đập và bắt bóng bằng hai tay”**

 - Cô làm mẫu (lần 1 không giải thích).

 - Cô làm mẫu (lần 2 + giải thích): Cô cầm bóng bằng 2 tay đập bóng thẳng xuống sàn, mắt nhìn theo bóng và đón bắt bóng bằng 2 tay khi bóng nảy lên.

 - Mời trẻ thực hiện (Cô quan sát hướng dẫn trẻ thực hiện đúng).

 - Cả lớp thực hiện

 - Chia nhóm thực hiện

+ Nhóm giỏi (Nhóm có in hình ngôi sao): Cô gợi ý cho trẻ bật mạnh hơn.

+ Nhóm khá (Nhóm có in hình mặt cười): Cô gợi ý hướng dẫn cho trẻ cụ thể hơn.

**3. Trò chơi vận động: “Cáo và thỏ”**

- Cô cùng trẻ nhắc lại luật chơi, cách chơi

- Tổ chức cho trẻ chơi 2 – 3 lần

**Hồi tĩnh:** Cho trẻ đi nhẹ nhàng hít thở.