**NÉM TRÚNG ĐÍCH NẰM NGANG**

**Mục đích yêu cầu:**

- Trẻ biết phối hợp tay chân và mắt để thực hiện động tác ném trúng đích nằm ngang.

**Chuẩn bị:**

- Túi cát, vòng

- Vòng làm đích đường kính 0,4 m

- Một sợi dây thừng có buộc nút thắt ở giữa

- Máy hát, băng nhạc

**Tiến hành:**

**Khởi động**

- Cô cho trẻ đi đội hình vòng tròn kết hợp các kiểu chân: đi bình thường, đi nhón gót, đi bình thường, đi bằng mũi bàn chân, đi bình thường, đi kiễng chân, đi bình thường, đi khom lưng, chạy chậm, chạy nhanh, nhanh dần, chậm dần, đi về hàng.

**Trọng động**

+ Bài tập phát triển chung:

- Tay 3: đưa tay ra trước gập khủy tay (3l x 8 nhịp)

- Bụng 3: đưng cúi người về phía truóc (2l x 8nhịp)

- Chân 3: đứng nhún chân, khụy gối (2l x 8nhịp)

- Bật 4: bật tách khép chân sang 2 bên (2l x 8nhịp)

**VĐCB:**

- Cô làm mẫu lần 1

- Làm mẫu lần 2 và giải thích: Đứng thẳng tự nhiên, chân trước chân sau. Khi có hiệu lệnh “Ném”, cầm túi cát đưa cao ngang tầm mắt nhắm vào đích và ném túi cát trúng vào đích.

- Chọn 1+ 2 trẻ giỏi thực hiện

- Chia nhóm cho trẻ thực hiện.

**Trò chơi vận động: Trò chơi vận động: “Cáo và Thỏ”**

- Cô giới thiệu tên trò chơi “Cáo và Thỏ”.

- Cách chơi: Cô có những chiếc vòng tròn làm chuồng thỏ, khi có hiệu lệnh các chú thỏ sẽ đi kiếm ăn vừa nhảy vừa dùng hai bàn tay để giả làm tai thỏ và đọc bài thơ: Trên bãi cỏ, các chú thỏ, tìm rau ăn, rất vui vẻ, có cáo gian, đang rình đấy, Thỏ nhớ nhé, chạy cho nhanh, kẻo cáo gian, tha đi mất. Bài thơ kết thúc thì cáo xuất hiện, Cáo chạy ra bắt thỏ, khi thấy Cáo các bạn thỏ chạy nhanh về chuồng của mình. Những con Thỏ nào bị bắt sẽ ra ngoài một lần chơi.

 - Luật chơi: Các chú Thỏ phải nấp vào hang của mình. Bé Thỏ nào bị Cáo bắt thì sẽ ra ngoài nghỉ một lần chơi. (Cô tổ chức cho trẻ chơi 3-4 lần và quan sát trẻ chơi).

**Hồi tĩnh:**

- Đi và hít thở tự do