**Giáo án : Đi khụy gối**

**I**.  **Mục đích yêu cầu:**

- Trẻ biết đi khụy gối.

**II. Chuẩn bị :**

-Xắc xô, vạch mức

**III. Tổ chức hoạt động**

***\* Hoạt động 1:Khởi động***

- Cho trẻ đi thành vòng tròn, đi theo các kiểu: Đi thường-đi bằng mũi bàn chân - đi thường- đi bằng gót chân- đi thường- chạy chậm- chạy nhanh- chạy chậm- đi thường

***\* Hoạt động 2: Trọng động***

***+ BTPTC***

- Tay 1: Hai tay đưa ra trước sang ngang ( 2\*8 nhịp)

- Bụng 1: Đứng cúi về trước (2\*8 nhịp)

- Chân 3: Đưa chân ra các phía (3\*8 nhịp)

- Bật : Bật tụm tách chân (2\*8 nhịp)

***+ Vận động cơ bản:*** Đi khụy gối

- Cô tập lần 1: Không giải thích.

- Cô tập lần 2: Phân tích động tác

\* TTCB : Cô đứng trước vạch chuẩn mắt nhìn thẳng, tay chống hông.

\* TH: đi khom người và đầu gối khụy xuống, cứ như vậy về đến vạch đích và đi về cuối hàng.

\* Trẻ thực hiện.

- Cô mời 1 một trẻ lên tập.

- Cô cho lần lượt 2 trẻ ở 2 đầu hàng lên tập cho đến hết.

( Cô chú ý quan sát sửa sai cho trẻ)

- Cô cho 2 đội thi đua nhau.

(Cô đông viên khuyến khích 2 đội tập)

- Cô hỏi trẻ tên bài tập và cho 1 trẻ lên tập lại.

+ ***TCVĐ : Trời nắng trời mưa***

- Cô hướng dẫn trẻ chơi trò chơi

- Cô tổ chức cho cả lớp chơi 2-3 lần.

( Cô động viên khuyến khích trẻ chơi)

- Nhận xét sau khi chơi.

***\*Họat động 3: Hồi tĩnh***

Trẻ đi nhẹ nhàng quanh sân trường 1-2 vòng.

**3. Kết thúc:** Cô nhận xét buổi tập cho trẻ thu dọn đồ dùng cùng cô và vệ sinh vào lớp.