**GIÁO ÁN**

**THAM DỰ SINH HOẠT CHUYÊN MÔN CỤM**

Lĩnh vực: Phát triển thể chất.

Chủ đề: Gia đình

Hoạt động: Thể dục kỹ năng.

Đề tài: - Bật tách chân, khép chân qua 5 ô.

- TCVĐ: Kéo co

Đối tượng: 4 –5 tuổi.

Số trẻ: 25 - 30 trẻ.

Thời gian: 25 – 30 phút.

Người soạn và thực hiện: Nguyễn Thị Ngọc Anh

Đơn vị: Trường mầm non Sao Đỏ - Cụm số 02.

Ngày dạy: 31/10/2023

**I. Mục đích**

**1. Kiến thức**

- Trẻ nhớ tên vận động, biết thực hiện vận động: **“ *Bật tách chân, khép chân qua 5 ô ”*** một cách khéo léo không chạm vào ô.

- Trẻ biết tập các động tác của bài thể dục phát triển chung cùng cô. Biết tên trò chơi và cách chơi trò chơi vận động "*kéo co".*

**2. Kỹ năng**

- Rèn cho trẻ kỹ năng bật tách chân, khép chân một cách nhanh nhẹn, khéo léo. Phát triển các tố chất vận động, phát triển cơ chân và thể lực cho trẻ.

**-** Phát triển cơ tay, khả năng nhanh nhẹn, phản ứng kịp thời thông qua trò chơi: *Kéo co.*

- Trẻ có kỹ năng hợp tác với bạn khi tham gia các phần thi.

**3. Thái độ**

- Giáo dục trẻ ích lợi của tập luyện thể dục đối với sức khỏe con người

- Trẻ tập trung, chú ý và hứng thú với nội dung bài học.

- Trẻ có tính kỷ luật *( biết chờ đến lượt ),* đoàn kết trong khi hoạt động và thêm yêu quý gia đình mình

**II. Chuẩn bị**

*\* Địa điểm:* Ngoài sân tập sạch sẽ, rộng rãi, an toàn.

*\* Đồ dùng:*

- Nhạc bài hát: Đi xe lửa; Cả nhà thương nhau…

- Xắc xô, 10 vòng thể dục đường kính 40cm,

- Mô hình 2 ngôi nhà, 30 cây hoa xốp, dây thừng, quà cho trẻ

*\* Trang phục:* Trang phục của cô và trẻ gọn gàng, hợp thời tiết, thuận tiện chocử động.

**III. Tiến hành**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** | **Ghi chú** |
| **1. Hoạt động 1: Trò chuyện, gây hứng thú.**  - Nhiệt liệt chào mừng các gia đình đến với hội thi *" Gia đình vui khỏe"* ngày hôm nay.  Đến tham gia hội thi ngày hôm nay gồm 2 gia đình: Xin chào đón gia đình số 1, gia đình số 2. Các thành viên hãy nổ một chàng pháo tay thật lớn để chào đón BGK cùng các cổ động viên ngày hôm nay.  - Trước khi đến với các phần thi, cô hỏi các thành viên của 2 gia đình có thành viên nào bị mệt hay bị đau tay, đau chân không?  - Không có bạn nào bị mệt mỏi hay bị đau tay, đau chân. Vậy BTC mời các thành viên cùng thực hiện một bài khởi động để kiểm tra sức khỏe nhé.  **2. Hoạt động 2: Trọng tâm**  **a. Khởi động:**  - Cô hướng trẻ đi vòng tròn kết hợp đi các kiểu chân: Đi thường, đi bằng mũi bàn chân, đi bằng gót bàn chân, đi bằng mép ngoài bàn chân, đi khom lưng, chạy chậm, chạy nhanh dần, chạy chậm dần sau đó cho trẻ về đội hình 2 hàng ngang.  **b. Trọng động.**  Đến với hội thi ngày hôm nay, các gia đình sẽ trải qua 3 phần thi:  ***- Phần thi thứ nhất: Gia đình khỏe***  ***- Phần thi thư hai: Gia đình tài năng***  ***- Phần thi thứ ba: Chung sức.***  Nào, bây giờ xin mời 2 gia đình cùng đến với phần thi thứ nhất: ***Gia đình khỏe.***  ***\*BTPTC*:**  **- ĐT Tay:** Hai tay đưa ra trước rồi đưa lên cao.  **- ĐT lườn:** Hai tay giơ cao, nghiêng trái, phải.  **- ĐT chân:** Hai tay chống hông, co từng chân vuông góc.  **- ĐT bật:** Bật tách chân, khép chân.  \* **Vận động cơ bản:" Bật tách chân, khép chân qua 5 ô"**  - Vừa rồi 2 gia đình đã rất xuất sắc trải qua phần thi ***"Gia đình khỏe***". Bây giờ cô mời 2 gia đình sẽ chuyển sang phần thi thứ hai "***Gia đình tài năng***" với nội dung "***Bật tách chân, khép chân qua 5 ô"***  - Các gia đình hãy cùng quan sát xem ban tổ chức đã chuẩn bị những gì cho phần thi này? *( vòng thể dục, nhờ một trẻ lên đếm cùng cô?)*  - Các gia đình có ý tưởng sẽ làm gì với những chiếc vòng thể dục này?  - Cô giới thiệu tên vận động: ***"Bật tách chân, khép chân qua 5 ô".***  - Cô mời 1 - 2 trẻ lên trải nghiệm.  **\* Cô làm mẫu:**  **- Lần 1:** Cô làm mẫu không giải thích *( nếu trẻ làm tốt cô không làm mẫu lần 1 )*  **- Lần 2:** Cô làm mẫu lần 2 kết hợp giải thích kỹ thuật vận động: Cô đi từ đầu hàng ra vạch xuất phát. TTCB: Hai tay cô chống hông. Khi có hiệu lệnh bật, cô bật tách chân vào 2 ô thứ nhất, bật khép chân vào ô tiếp theo, sau đó lại bật tách chân vào 2 ô tiếp theo, rồi bật khép chân ra ngoài. Cô bật thật khéo léo không chạm vào vòng. Sau đó cô nhẹ nhàng đi về cuối hàng đứng.  - Cô vừa thực hiện vận động gì?  - Cho 2 trẻ lên tập.  - Cô cho trẻ lên thực hiện.  - Cô chia lớp thành 2 đội cho trẻ tập lần lượt.  *( Cô động viên, sửa sai cho trẻ )*  - Cô thấy các thành viên của 2 gia đình đã có kỹ năng rất tốt rồi, bây giờ các gia đình sẽ cùng nhau thi trổ tài nhé.  **\* Cách chơi:** Các thành viên của 2 gia đình sẽ lần lượt bật tách chân, khép chân qua 5 ô, sau đó đi lên chọn những cây hoa đem trồng xung quanh ngôi nhà của đội mình. Thời gian thi đua sẽ tính là một bản nhạc. Khi kết thúc bản nhạc, gia đình nào trồng được nhiều hoa hơn thì gia đình đó sẽ giành chiến thắng.  **\* Luật chơi:** Mỗi một lần lên bật thì thành viên đó chỉ được trồng một cây hoa.Thành viên của đội nào không bật đúng hoặc bật chạm vào vòng thì bông hoa sẽ không được tính.  \* Cô tổ chức cho trẻ thi đua 2 lần.  **\* Củng cố:**  - Cô hỏi lại trẻ tên vận động.  - Cô nhắc lại tên vận động.  - Cô mời 1,2 trẻ lên thực hiện lại vận động.  Vậy là phần thi thứ 2 đã kết thúc. Ở phần thi này cô xin chúc mừng cả 2 gia đình đều rất xuất sắc và đều chiến thắng!  **\* Trò chơi vận động: Kéo co**  - Và ngay sau đây, sẽ là phần thi gay cấn nhất mang tên ***"Chung sức"*** với trò chơi "***Kéo co".***  - Cô giới thiệu cách chơi, luật chơi  **- Cách chơi:** Hai đội xếp thành 2 hàng dọc đối diện nhau khi có hiệu lệnh bắt đầu thì hai đội dùng hết sức kéo điểm mốc đánh dấu trên dây về phía đội mình. Nếu đội nào dẫm vạch trước thì đội đó thua cuộc  **- Luật chơi:** Khi kéo, các thành viên của từng đội không được thả tay ra.  - Cô tổ chức cho trẻ chơi 2 lần. Sau mỗi lần chơi cô động viên khuyến khích trẻ.  **- Giáo dục:** Để cho cơ thể cao lớn và khỏe mạnh, hàng ngày các con nhớ phải chăm chỉ tập luyện thể dục, ăn uống đầy đủ và cân đối các chất dinh dưỡng nhé!  **c. Hồi tĩnh*:***  - Cô và trẻ đi lại nhẹ nhàng quanh sân tập.  **3. Hoạt động 3: Kết thúc**  - Tổng kết các phần thi, cô tuyên bố đội thắng cuộc và trao quà cho 2 gia đình. | - Trẻ hưởng ứng  - Trẻ chú ý  - Trẻ kiểm tra sức khỏe cùng cô.  - Trẻ trả lời  - Trẻ thực hiện  - Trẻ chú ý lắng nghe.  - Trẻ tập 3L x 4N  - Trẻ tập 3L x 4N  - Trẻ tập 4L x 4N  - Trẻ tập 4L x 4N  - Trẻ quan sát và trả lời.  - Trẻ nêu ý tưởng  - Trẻ trải nghiệm  - Trẻ quan sát  - Trẻ quan sát, lắng nghe  - Trẻ trả lời  - Trẻ tập  - Trẻ lần lượt lên tập  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ thi đua  - Trẻ chú ý  - Trẻ thực hiện  - Trẻ lắng nghe  - Trẻ chú ý  - Trẻ chú ý  - Trẻ chơi  - Trẻ chú ý  - Trẻ đi lại nhẹ nhàng.  - Trẻ chú ý |  |