

KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG HỌC

Lĩnh vực: Phát triển thể chất

Đề tài: Bật liên tục về phía trước

Chủ đề: Thế giới động vật

Độ tuổi: 4-5 tuổi

Ngày dạy:

Người dạy: Hoàng Thị Hòa

1. Mục đích yêu cầu

- Trẻ nhớ tên vận động, biết thực hiện vận động cơ bản: Bật liên tục về phía trước.
- Rèn kỹ năng khéo léo của đôi chân và mạnh dạn, tự tin thực hiện vận động.
- Trẻ hứng thú tham gia các hoạt động cùng cô.

2. Chuẩn bị

- Địa điểm bằng phẳng, sạch sẽ. Vạch xuất phát, xác xô.
- Lá sen to, nhỏ. Mô hình ao ếch, hoa sen, mũ ếch cho trẻ.
- Đĩa nhạc bài hát : Chú ếch con, Ếch ộp

3. Tiến hành

3.1. Hoạt động 1: Ổn định

Chào mừng các bé đến với ngày hội “Ếch con đua tài”!

Đến với ngày hội hôm nay cô xin giới thiệu có 2 đội chơi, đó là đội Ếch xanh và đội Ếch vàng.

Trong ngày hội hôm nay các đội sẽ phải trải qua 3 phần thi:

- + Phần thi thứ nhất là Ếch đồng diễn.
- + Phần thi thứ 2 là Tài năng của Ếch.
- + Phần thi thứ 3 là Ếch vui khỏe.

3.2. Hoạt động 2: Khởi động

- Để tham dự các phần thi tốt hơn, sau đây xin mời 2 đội hãy cùng nhau khởi động nhé

- Cho trẻ khởi động với các kiểu đi: đi thường, đi bằng mũi bàn chân, gót bàn chân, đi khom lưng, chạy nhanh, chạy chậm...về đội hình vòng tròn.

Chúng mình hãy cầm nhau đứng thành vòng tròn thật đẹp nào!

3.3. Hoạt động 3: Trọng động

*** Phần 1: Ếch vui khỏe - Bài tập phát triển chung:**

Chào mừng các đội đến với phần thi đầu tiên, phần thi “Ếch đồng diễn”

Các chú Ếch hãy tập bài tập thể dục cùng ban tổ chức nhé!

- + Tay: Hai tay giang ngang gập sau gáy

- + Chân: Đứng co 1 chân vuông góc với thân người
- + Bụng- lườn: Cúi gập người về phía trước hai tay chạm ngón chân
- + Bật: Bật tiến về phía trước

Lần 1: Tập với nhịp đếm 4 lần 4 nhịp

Lần 2: Tập kết hợp với bài hát “Chú Éch con”

- **ĐTNM:** Vừa rồi 2 đội đã thực hiện rất tốt phần thi “Ếch đồng diễn”. Bây giờ ban tổ chức mời 2 đội tập lại động tác bật: Bật tại chỗ

*** Phần 2: Tài năng của Éch – Vận động cơ bản “Bật tiến về phía trước”**

- Cho trẻ chuyển đội hình thành 2 hàng ngang
- Các con ơi! Éch kêu như thế nào nhỉ? (Cho trẻ làm tiếng Éch kêu)
- Loài Éch di chuyển bằng cách nào? (Cho trẻ tự thực hiện theo ý của trẻ)
- Cô khẳng định lại: Các con yêu quý! Éch di chuyển bằng cách bật tiến về phía trước đây.
- Cô giới thiệu vận động cơ bản: “Bật tiến về phía trước”.
- Cô thực hiện mẫu:
- + Lần 1: Cô làm mẫu không phân tích.
- + Lần 2: Cô làm mẫu kết hợp phân tích.

. Tư thế chuẩn bị: Đứng sau vạch xuất phát, hai tay chống hông, hai chân chụm, đứng thẳng người, mắt nhìn về phía trước. Khi có hiệu lệnh “Bật” dùng sức mạnh của chân bật liên tục về phía trước, chạm đất nhẹ nhàng và tiếp đất bằng nửa bàn chân rồi cả bàn chân. Sau đó cô đi về cuối hàng đứng.

- Cô mời 1-2 trẻ lên thực hiện - Nhận xét, tuyên dương trẻ.
- Trẻ thực hiện:
- + Mời lần lượt trẻ của hai đội lên thực hiện đến hết. Cô quan sát, sửa sai, động viên khích lệ trẻ.
- + Tổ chức thi đua giữa hai đội chơi Những chú Éch sẽ thi đua bật nhảy vào chiếc lá sen phía trước, sau đó đi về cuối hàng đứng.
- Cô bao quát trẻ chơi, nhận xét, động viên khuyến khích trẻ.
- Hỏi tên vận động?
- Mời 1-2 trẻ lên thực hiện lại vận động.

3.4 Phần 3: Éch chung sức

Trò chơi vận động: Chuyển lá sen (hoa sen) về ao cho Éch

- Cô giới thiệu trò chơi: Chuyển lá sen (hoa sen) về ao cho Éch.
- Cách chơi: Chia trẻ làm hai đội, các chú Éch của hai đội đứng tại chỗ rồi lần lượt đưa chuyền cho nhau chuyền những chiếc lá sen (hoa sen) về ao cho Éch.

- Luật chơi: Trong thời gian là một bản nhạc đội nào chuyển được nhiều lá sen (hoa sen) về ao cho Éch đội đó sẽ chiến thắng.
- Tổ chức trẻ chơi 2 lần (lần 1 chuyển lá sen, lần 2 chuyển hoa sen).
- Kiểm tra kết quả sau mỗi lần chơi, nhận xét tuyên dương hai đội.

4. Hoạt động 4: Hồi tĩnh

- Cho trẻ đi nhẹ nhàng quanh ao nhà của Éch trên nền nhạc bài hát “Éch ộp”.
- Kết thúc hoạt động