

# GIÁO ÁN

**Lĩnh vực phát triển: Thể chất**

**Chủ đề: Lễ hội mùa xuân**

**Độ tuổi: 5 - 6 tuổi**

**Đề tài: VĐCB “Chạy bước nhỏ”**

**Ngày dạy:**

**Người dạy: Nguyễn Thi Duyên.**

## **I. Mục đích- yêu cầu:**

### **1. Kiến thức:**

- Trẻ biết tên vận động, biết thực hiện vận động chạy bước nhỏ. Trẻ biết tập bài phát triển chung.

### **2. Kỹ năng:**

- Rèn kỹ năng chạy bước nhỏ cho trẻ, kỹ năng chơi trò chơi.

- Rèn sự mạnh dạn, tự tin, kết hợp chân tay nhịp nhàng.

### **3. Thái độ:**

- Trẻ hứng thú tham gia các hoạt động, có ý thức kỉ luật trong giờ học.

- Giáo dục trẻ tính kiên nhẫn mạnh dạn tự tin trong khi tập.

## **II. Chuẩn bị:**

- 2 Thang ống nhựa. Quả bông

- Xắc xô, vòng thể dục. 10 thanh sạp.

- Nhạc bài hát: Mùa xuân của bé. Clap, clap song.

## **III. Cách tiến hành**

### **1. Hoạt động 1: Khởi động**

- Cô chạy ra đọc trên nền nhạc trống hội khai xuân:

Xuân về hoa nở đẹp sao  
Hoa xuân khoe sắc vẫy chào bướm ong.  
Bé ơi bé hãy nhanh chân  
Về đây dự hội mùa xuân tung bùng.  
Loa! Loa! Loa! Loa!

- Lễ hội mùa xuân đã mở rồi, các con có muốn cùng cô đến tham gia lễ hội không? Chúng ta cùng lên đường nào.

\* Khởi động:

- Cho trẻ đi chuyển thành vòng tròn kết hợp các kiểu đi: đi thường, đi nhanh, đi bằng mũi bàn chân, đi bằng gót chân, đi khom lưng, chạy nhanh, chạy chậm, theo nhạc “Clap, clap song” rất sôi động. Rồi di chuyển thành 2 hàng.

### **2. Hoạt động 2: Trọng động**

- Chúng ta đã đến lễ hội rồi. Các con đã sẵn sàng tham gia màn đồng diễn của lễ hội chưa?

- Cô giới thiệu 2 đội chơi: Đội hoa hồng và đội hoa cúc.

- Cô giới thiệu phần chơi thứ nhất: “Sắc màu đồng diễn”.
- Cô cho trẻ chuyển thành 4 hàng ngang.

**\* Bài tập phát triển chung**

- Cô cho trẻ tập bài tập phát triển chung cùng quả bông: Tập 2 lần 8 nhịp
- Lần 1 kết hợp nhịp đếm
- + Tay: Đưa 2 tay đưa ra trước, lên cao.
- + Chân: Khuyu gối
- + Bụng lườn: Nghiêng người sang 2 bên
- + Bật: Bật chụm tách chân
- Lần 2 tập kết hợp với bài hát “Mùa xuân của bé”
- Động tác nhấn mạnh: Chân, bật
- Cô giới thiệu: Trong lễ hội mùa xuân có rất nhiều phần chơi hấp dẫn. Cô cháu cùng nhau bước vào phần chơi thứ hai “Thi tài”

**\* Vận động cơ bản: Chạy bước nhỏ**

- Cô cho trẻ lắp các chiếc gậy thành thang ống. Hỏi trẻ:
  - + Các con có biết đây là gì không?
  - + Với những thang ống này các con sẽ thực hiện được những vận động gì?
- Các con có muốn chơi thử không?

- Cô cho trẻ trải nghiệm.
- Cô giới thiệu vận động: Chạy bước nhỏ
- Cô làm mẫu:
- + Lần 1: Cô thực hiện không phân tích.
- + Lần 2: Cô thực hiện kết hợp phân tích: Từ đầu hàng cô di chuyển đến trước vạch xuất phát. Tư thế chuẩn bị cô đứng tự nhiên trước vạch xuất phát, khi có hiệu lệnh cô chạy vào từng ô nhỏ của thang ống, cô nhắc chân liên tục và tiếp đất nhẹ nhàng bằng nửa bàn chân trên khi thực hiện chạy bước nhỏ. Cứ như thế cho đến hết thang.

- Cô mời 1 – 2 trẻ làm mẫu.( cô sửa sai)
- Trẻ thực hiện:
- + Lần 1: Lần lượt cho từng trẻ thực hiện vận động (cô quan sát sửa sai)
- + Lần 2: Cho 2 đội thi đua thực hiện vận động.
- + Cô quan sát, khuyến khích, nhận xét động viên trẻ.
- Củng cố: + Cô hỏi lại tên vận động.
- + Cho 2 trẻ lên thực hiện lại.

- Cô cho trẻ ứng dụng vận động chạy bước nhỏ với sạp và âm nhạc.

**\* Trò chơi vận động: Chuyển tiếp vòng**

- Cô giới thiệu tên trò chơi “Chuyển tiếp vòng”
- Cô giới thiệu cách chơi, luật chơi
- + Cách chơi: Cô chia lớp thành 2 đội, các thành viên trong đội sẽ đứng thành hàng dọc. Bạn cuối hàng đứng trong các chiếc vòng thẻ đục, lấy một chiếc vòng chuyển vòng qua người cho bạn trước mình, bạn đó lại chuyển tiếp cho bạn đứng

liền kề, cứ như thế cho tới bạn đầu hàng. Đội nào chuyển được hết vòng trước đội đó sẽ dành chiến thắng.

+ Luật chơi: Các thành viên phải đưa chiếc vòng qua người bạn. Nếu bạn nào không đưa vòng qua qua người bạn sẽ phải quay lại từ đầu.

- Cô cho trẻ chơi 2-3 lần.( Cô quan sát, hướng dẫn trẻ)
- Trẻ chơi xong cô nhận xét, tuyên dương trẻ.

### **3. Hoạt động 3: Hội tĩnh.**

- Cô cho trẻ đi lại nhẹ nhàng quanh lớp để ngắm cảnh đẹp mùa xuân.
- Cô kết thúc giờ học.

**NGƯỜI SOẠN**

**Nguyễn Thị Duyên**