

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

**BẢN MÔ TẢ SÁNG KIẾN  
THÔNG TIN CHUNG VỀ SÁNG KIẾN**

**1. Tên sáng kiến:** *Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.*

**2. Lĩnh vực áp dụng sáng kiến:** Áp dụng khi tổ chức hoạt động giáo dục thể chất cho trẻ 4-5 tuổi tại trường mầm non.

**3. Tác giả:**

Họ và tên: ***Bùi Thị Tố Nga.***

Ngày/tháng/năm sinh: 20/04/1984.

Chức vụ, đơn vị công tác: Giáo viên - Trường Mầm non Thái Sơn I.

Điện thoại: 0866932476

**4. Đơn vị áp dụng sáng kiến:**

Tên đơn vị: Trường Mầm non Thái Sơn I.

Địa chỉ: Xã Thái Sơn - Huyện An Lão - TP Hải Phòng.

Điện thoại: 0313697426.

**I. Mô tả giải pháp đã biết:**

"Trẻ em hôm nay là thế giới ngày mai", trẻ em sinh ra có quyền được chăm sóc, giáo dục và bảo vệ, được tồn tại, được chấp nhận trong gia đình và cộng đồng. Chính vì vậy giáo dục trẻ ở lứa tuổi mầm non vừa là quyền lợi, vừa là nghĩa vụ của mỗi gia đình, nhà trường đối với xã hội, đối với cộng đồng. Trẻ em là công dân của xã hội, là thế hệ tương lai của đất nước nên ngay từ thuở lọt lòng chúng ta cần chăm sóc giáo dục trẻ thật chu đáo. Đặc biệt là giáo dục thể chất (GDTC) cho trẻ càng có ý nghĩa quan trọng hơn. Trong Nghị quyết Trung ương IV những vấn đề cấp bách có ghi rõ: "Sức khỏe là cái vốn quý nhất của mỗi con người và của toàn xã hội, là nhân tố quan trọng trong sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc". GDTC là một bộ phận quan trọng của giáo dục phát triển toàn diện, có mối quan hệ mật thiết với giáo dục đạo đức, thẩm mỹ và lao động... Hơn nữa GDTC cho trẻ mầm non càng có ý nghĩa và quan trọng hơn vì cơ thể trẻ đang phát triển mạnh mẽ, hệ thần kinh, cơ

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

xương hình thành nhanh, bộ máy hô hấp đang hoàn thiện, cơ thể trẻ còn non yếu dễ bị phát triển lệch lạc, mất cân đối nếu không được chăm sóc giáo dục đúng đắn thì có thể gây nên những thiếu sót trong sự phát triển cơ thể trẻ mà không thể khắc phục được. Nhận thức được điều đó Ngành Giáo dục đã đặc biệt chú trọng tới công tác chăm sóc - giáo dục trẻ mầm non. Và GDTC là một trong những nội dung giáo dục quan trọng nhằm đào tạo thế hệ trẻ Việt Nam phát triển về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần và trong sáng về đạo đức.

***\*Một số ưu điểm:***

Trong quá trình GDTC cho trẻ mầm non, GDTC được thực hiện bằng các giờ thể dục sáng và các tiết thể dục kỹ năng được tiến hành với tất cả các lớp ở các độ tuổi. Nhưng tuy nhiên trẻ không tích cực tham gia, lên đòi hỏi giáo viên phải chọn lọc những bài tập vận động và phương pháp tiến hành nhất định. Và giáo viên lúc nào cũng phải chú ý hướng đến việc điều khiển hành vi vận động ở trẻ.

***\*Những tồn tại, hạn chế:***

Trong thực tế giảng dạy hiện nay ở trường, tôi thấy rằng sự quan tâm đúng mức tới GDTC cho trẻ như vậy thực sự chưa đầy đủ, chưa phát huy hết tính tích cực vận động của trẻ. Chính vì vậy để thay đổi thực trạng đó, tôi đã suy nghĩ và tìm ra: “*Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động của trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất*” nhằm động viên, khích lệ, thu hút trẻ tham gia vào hoạt động tích cực hơn.

Vì vậy sáng kiến: “*Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất*” được xem như là một trong những giải pháp khắc phục tồn tại, hạn chế trên.

**II. Nội dung giải pháp đề nghị công nhận sáng kiến:**

**II.0. Nội dung giải pháp đề xuất:**

Vận động là nhu cầu tự nhiên của cơ thể, đặc biệt là với cơ thể đang phát triển như trẻ mầm non. Vai trò vận động đối với cơ thể trẻ đã được các nhà khoa học khẳng định “Cơ thể không vận động giống như nước trong ao tù”, “Nguyên nhân chậm phát triển của cơ thể hài nhi là do thiếu vận động”. Ngày nay khoa học đã chứng minh được rằng: phần lớn những trẻ ít vận động thì các vận động phức hợp và chức năng thần kinh thực vật thường

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

kém phát triển, hoạt động hệ tuần hoàn và hệ hô hấp bị hạn chế, khả năng lao động chân tay giảm sút, trọng lượng cơ thể tăng nhanh.

Dựa vào mục tiêu giáo dục mầm non nói chung và yêu cầu cần đạt của trẻ 5- 6 tuổi về nhận thức, trí tuệ, ngôn ngữ, đặc biệt là thể lực, và các nhu cầu của trẻ để tìm hiểu và đưa ra một số biện pháp và hình thức tổ chức phát triển tính tích cực vận động của trẻ trong hoạt động giáo dục thể chất. Đây là một việc cần thiết vì nó mang lại cho trẻ niềm vui, sự tự tin, sự mạnh dạn và có một sức khỏe tốt tham gia vào các hoạt động.

***\* Biện pháp 1: Lập kế hoạch tổ chức cho trẻ vận động và xây dựng góc vận động***

Dựa trên kế hoạch năm học của nhà trường xây dựng và căn cứ vào nội dung trong chương trình giáo dục mầm non của bộ giáo dục theo độ tuổi. Căn cứ vào thời gian, thời điểm thực hiện bài tập ở vào giai đoạn nào của chương trình năm học, căn cứ vào mức độ phát triển, khả năng thực tế của trẻ, tôi đã xây dựng kế hoạch nội dung các vận động tập luyện cho trẻ, xác định độ khó của từng bài tập và sắp xếp từ dễ đến khó để đưa vào hướng dẫn trẻ cho phù hợp đảm bảo củng cố, phát triển những vận động trẻ đã biết, đồng thời chuẩn bị cho những kỹ năng vận động cao hơn. Nội dung trong chương trình đã được trình bày theo từng loại vận động và theo mức độ tăng dần từ dễ đến khó, đồng thời phù hợp với từng chủ đề chủ điểm, phù hợp với các hoạt động khác và các sự kiện.

Ví dụ: Kế hoạch tổ chức các hoạt động Giáo dục thể chất:

<b>STT</b>	<b>CHỦ ĐỀ</b>	<b>NỘI DUNG</b>
1	Trường mầm non	- Đi thay đổi tốc độ theo hiệu lệnh - Chạy thay đổi tốc độ theo hiệu lệnh - Bò bằng bàn tay, cẳng chân dúc dắc qua 4 điểm - Bò chui qua cổng.....
2	Bản thân	- Đi trên vạch kẻ trên sàn - Bò bằng bàn tay, bàn chân 3- 4m - Trèo lên xuống 5 gióng thang
3	Gia đình	- Đi thay đổi theo hướng vật chuẩn( 4-5 vật chuẩn đặt dúc dắc) - Trèo qua ghế thể dục dài 1,5m x 30cm - Bật tách khớp chân qua 5 ô vòng
4	Nghề nghiệp + 22/12	- Chạy thay đổi theo hướng vật chuẩn( 4-5 vật chuẩn

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

STT	CHỦ ĐỀ	NỘI DUNG
		đíc dắc) - Chơi sút bóng vào gôn - Trườn theo hướng thẳng - Ném trúng đích ngang bằng 1 tay ở khoảng cách xa 2m - Bật xa 40cm.
5	Động vật	- Tung bắt bóng với người đối diện khoảng cách 3m - Chuyên, bắt bóng qua chân...

Sau khi xây dựng kế hoạch nội dung các vận động tập luyện cho trẻ tôi tiếp tục xây dựng “Góc vận động”. Xây dựng "Góc vận động" để thuận tiện cho trẻ sử dụng và tuyên truyền đến tất cả các bậc phụ huynh, tôi chọn vị trí ngay cửa lớp. Tôi sắp xếp các đồ dùng, dụng cụ để cho trẻ dễ lấy, dễ sử dụng, đến mỗi hoạt động như thể dục sáng, giờ học thể dục, hoạt động ngoài trời...trẻ có thể tự lấy đồ dùng đồ chơi phù hợp với vận động mà giáo viên yêu cầu. Ngoài ra khi xây dựng góc vận động trẻ có thể tự tham gia vận động. Khi xây dựng góc vận động tôi nhận thấy trẻ lớp tôi tiến bộ nhiều hơn, trẻ tham gia vận động tự nhiên và tích cực hơn, đồng thời phụ huynh lớp tôi thấy được rõ hơn tầm quan trọng của giáo dục thể chất, họ quan tâm hơn đến sự vận động của con mình, xem với vận động này, vận động kia con mình thực hiện được đến đâu, có thực hiện tốt bài tập không, có mạnh dạn tự tin khi trèo thang hay đi trên cầu thăng bằng không...

***\* Biện pháp 2: Khuyến khích tính tự giác và tích cực ở trẻ***

Giáo dục thể chất cho trẻ là một quá trình sư phạm, cho nên giáo viên không những phải dạy cho trẻ biết bắt chước, mô phỏng, làm đúng được các động tác vận động mà còn phải thực hiện nhiệm vụ bồi dưỡng cho trẻ những phẩm chất đạo đức, mà tiêu biểu trong đó là ý thức tự giác, tích cực, khả năng chịu đựng và tập trung chú ý trong hoạt động thể dục thể thao. Những giờ học giáo dục thể chất thường đòi hỏi trẻ phải vận động tích cực, đôi khi điều đó quá dồn dập so với những hoạt động thường ngày của trẻ, bên cạnh đó, cơ thể trẻ còn non nớt, khả năng tập trung kém, khiến trẻ khó mà theo kịp được nội dung bài học. Nhiệm vụ của cô là phải thường xuyên bồi dưỡng cho trẻ có thói quen lắng nghe những lời chỉ bảo trong quá trình

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

tập luyện, đồng thời cũng khuyến khích trẻ tự giác tích cực trong hoạt động. Kèm theo đó cô cũng cần không ngừng cải tiến phương pháp dạy, lựa chọn nội dung cho phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi của trẻ, để trẻ có thể theo kịp bài học một cách tự nhiên nhất.

Ví dụ: Trong giờ dạy KNVD: Cô đưa ra tên vận động và khuyến khích trẻ có thể lên thực hiện trước. Sau đó cô sẽ làm mẫu và phân tích.

Hoặc khi cô đưa ra đồ dùng dụng cụ. Cô khuyến khích trẻ tự suy nghĩ để tìm ra các vận động sao cho phù hợp với đồ dùng dụng cụ đó...

***\* Biện pháp 3: Lựa chọn hình thức tổ chức phong phú đa dạng. (Như kết hợp với nhạc hay đọc các bài về tự sáng tác theo từng chủ đề hoặc hướng trẻ vào các câu chuyện)***

Để thực hiện nhiệm vụ giáo dục thể chất cho trẻ, cần tiến hành thông qua nhiều hình thức giáo dục như trong tiết học. Ví dụ: Trong chủ đề Nghề nghiệp, dạy vận động “Trườn theo hướng thẳng” Tôi sẽ hướng trẻ đóng vai các chú Bộ đội đang luyện tập tại thao trường để thực hiện được vận động của bài. Từ đó trẻ rất hứng thú vào hoạt động mà cô đưa ra.

Hoặc với chủ đề: Tết và mùa Xuân dạy vận động “Ném xa bằng 1 tay” Tôi sẽ hướng trẻ đến với Lễ hội mùa Xuân với các trò chơi dân gian: Ném còn và đi cà kheo. Thì trong đó Ném còn chính là VĐCB còn Đi cà kheo là TCVD. Xuyên suốt giờ học là trẻ được tham gia vào lễ hội với các trò chơi. Từ đó trẻ cũng rất là hào hứng và thích thú với giờ học...

Và ngoài tiết học, bao gồm thể dục sáng, thể dục chống mệt mỏi, trò chơi vận động, dạo chơi, thăm quan, sân chơi "Những chiến sĩ tí hon", nhưng hình thức tiết học là cơ bản vì trên tiết học thể dục các tri thức, kỹ năng, kỹ xảo vận động được truyền thụ một cách có mục đích, hệ thống, và tổ chức có kế hoạch. Toàn bộ nội dung giáo dục thể chất được diễn ra trên tiết học, còn các hình thức khác chỉ rèn luyện một khía cạnh nào đó của giáo dục thể chất. Hiệu quả của việc phát triển tính tích cực vận động không chỉ phụ thuộc vào cách lựa chọn các phương pháp dạy học, mà còn phụ thuộc đáng kể vào các hình thức dạy học. Vì vậy trong tiết học giáo dục thể chất tôi đã sử dụng các hình thức sau:

***3.1 Hình thức tập cả lớp đồng loạt:*** Khi áp dụng hình thức này có nghĩa là tôi cho tất cả trẻ cùng thực hiện một bài tập vận động giống nhau. Hình thức dạy học này cho phép giáo viên cùng một lúc chỉ đạo toàn bộ trẻ, tăng lượng vận động, tạo điều kiện củng cố kỹ năng vận động, phát triển tố chất thể lực, tính tập thể, khả năng phối hợp vận động khi thực hiện bài tập.

Ví dụ: Khi dạy trẻ bài tập: “Nhảy lò cò” tôi cho trẻ tập đồng loạt tại chỗ ...

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

***3.2. Hình thức tập cả lớp – nối tiếp:***

Khi áp dụng hình thức này, tôi cho trẻ cùng thực hiện một bài tập, liên tiếp trẻ nọ nối tiếp trẻ kia. Có thể một nhóm có từ 3 – 5 trẻ tập xong bài tập rồi tiếp theo đến nhóm khác, giống như tập quay vòng. Tập theo nhóm nối tiếp trẻ rất hứng thú và thi đua nhau tập.

***3.3. Hình thức tập theo nhóm:***

Khi áp dụng hình thức này, trong thời gian cho trẻ thực hiện tôi chia lớp thành 2 hoặc 3 nhóm, mỗi nhóm tập bài tập ở các vị trí khác nhau và có giáo viên hoặc trẻ có năng lực tổ chức phụ trách. Trong khi thực hiện bài tập theo nhóm, nếu vận động mới có một bài tập vận động cơ bản thì tập theo kiểu nhóm không chuyển đổi, các nhóm tập xong bài tập đã cho thì cả lớp chuyển sang phần tiếp theo của buổi tập. Nếu bài tập vận động mới có 2 vận động cơ bản thì tôi cho trẻ tập theo kiểu nhóm chuyển đổi, chia lớp thành 2 nhóm: Nhóm 1 tập xong vận động thứ nhất, cùng lúc nhóm 2 tập xong vận động thứ hai. Sau đó nhóm 1 tập vận động 2 đồng thời nhóm 2 tập vận động 1. Cuối cùng cả lớp chuyển sang phần tiếp theo của buổi tập. Tôi đưa hình thức tập theo nhóm này vào buổi tập giúp cho trẻ phát triển khả năng tự lực và tự tổ chức theo tốp nhỏ, tăng lượng vận động và rèn luyện kỹ năng vận động cho trẻ.

***3.4. Hình thức tập cá nhân***

Khi tiến hành hình thức này, trẻ tập lần lượt một bài tập, giáo viên hướng dẫn, kiểm tra chất lượng bài tập các trẻ còn lại quan sát và nhận xét bạn khi thực hiện bài tập

***\* Biện pháp 4: Sử dụng đồ dùng trực quan sáng tạo gần gũi với trẻ..***

Trẻ mầm non có tư duy và nhận thức theo lối trực quan cảm tính, vì vậy mọi hoạt động giảng dạy đối với lứa tuổi này đều cần phải sử dụng những đồ dùng, dụng cụ hấp dẫn, gần gũi với trẻ. Giáo viên cần hình thành cho trẻ những thói quen vận động dựa trên cơ sở quan sát một cách trực tiếp với động tác. Có hai hình thức giảng dạy trực quan là làm mẫu trực tiếp cho trẻ quan sát (trực quan trực tiếp) và dùng lời nói để mô tả động tác cho trẻ hình dung ra cách tập (trực quan gián tiếp). Khi giảng dạy giáo dục thể chất cho trẻ 4-5 tuổi cô cần phải phối hợp vận dụng cả hai loại trực quan trên, nhất là ở giai đoạn đầu khi mới học động tác vì ở giai đoạn này, nguyên tắc trực quan là tiền đề để trẻ tập và làm quen với động tác mới.

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

Ví dụ: Trong giờ dạy trẻ đi thăng bằng trên ghế thể dục, tôi thay thế ghế thể dục bằng cầu tre để tạo hứng thú cho trẻ. Vì hàng ngày trẻ nông thôn vẫn được tiếp xúc với những chiếc cầu tre như vậy. Nên trẻ sẽ mạnh dạn và tự tin hơn trong việc thực hiện vận động đó...Hoặc tôi cũng thường tạo ra các mô hình trực quan để trẻ chơi trò chơi vận động từ nguyên liệu sẵn có của địa phương như: Rom làm ổ gà, Lá chuối làm cây, xốp làm hạt thóc...

***\* Biện pháp 5: Xây dựng bài tập vận động đảm bảo tính khoa học và hệ thống, đảm bảo tính vừa sức và coi trọng đặc điểm cá nhân của trẻ***

Xuất phát từ đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi, giới tính, sức khỏe, trình độ, khả năng tiếp thu của trẻ mầm non, giáo viên cần phải xây dựng bài tập sao cho phù hợp, cân đối vận động giữa chân và tay, giữa cơ quan vận động và cơ quan nội tạng, giữa các tổ chất nhanh, mạnh, bền, khéo của cơ thể...Việc giảng dạy giáo dục thể chất cần phải có hệ thống cụ thể và toàn diện như vậy, và cần nâng dần độ khó của các bài tập để cơ thể trẻ quen dần với vận động, các cơ quan và hệ thống trong cơ thể tăng dần khả năng thích ứng. Trong khi đưa vào giảng dạy cũng cần lưu ý dạy từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp, khối lượng vận động từ ít đến nhiều, và phải thường xuyên luyện tập, thường xuyên theo dõi, cập nhật tình trạng phát triển của trẻ để làm cơ sở xây dựng các hệ thống tập luyện về sau. Biện pháp này cần được thực hiện dựa trên sự quan tâm và thấu hiểu đặc điểm cá nhân từng trẻ của giáo viên.

***\* Biện pháp 6: Tổ chức cho trẻ giao lưu vận động với các trẻ lớp khác trong khối***

Khi trẻ đến trường học trẻ được tham gia học tập vui chơi cùng các bạn ở lớp của mình. Để mở rộng mối quan hệ bạn bè không những ở trong lớp mà với các bạn ở lớp khác để trẻ được giao lưu học hỏi, giúp trẻ mạnh dạn tự tin trong giao tiếp, mạnh dạn chia sẻ cảm xúc và thể hiện mình, trẻ giao lưu và trực tiếp tham gia hoạt động tôi đã cho trẻ tham gia giao lưu cùng các trẻ khác trong khối, trong các chủ đề và ngày lễ hội.

Ví dụ: Vào ngày 22/12 tổ chức sân chơi tôi cùng các cô giáo ở lớp tổ chức cho trẻ giao lưu thi cùng các bạn trong khối mẫu giáo lớn, khi được tham gia giao lưu trẻ rất phấn khởi trẻ vận động hết sức mình để giành phần thắng về mình...

***\* Biện pháp 7: Tập luyện thường xuyên liên tục đúng giờ (Đối với thể dục sáng)***

Như chúng ta đã biết, tác dụng của thể dục buổi sáng đối với trẻ em hàng ngày có ý nghĩa to lớn về giáo dục và sức khỏe cho trẻ em, đặc biệt là trẻ ở lứa tuổi

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

mẫu giáo và mầm non. Buổi sáng ngay sau khi ngủ dậy tập thể dục đơn giản, trẻ tích lũy được sự sáng khoái cho cả ngày. Tập luyện thường xuyên như vậy, cơ thể của trẻ nâng cao hoạt động của các cơ quan của cơ thể, thúc đẩy sự phát triển những kỹ năng vận động cần thiết, củng cố các nhóm cơ, hình thành tư thế đúng đắn. Vì vậy tôi cho trẻ tập thể dục sáng hàng ngày vào một thời gian nhất định sau giờ đón trẻ. Thời gian tập khoảng 10-15 phút, trang bị dụng cụ như gậy, nơ, vòng, hoa tua, cờ ...thể dục phù hợp với động tác để tạo hứng thú cho trẻ tập . khi trẻ tập giáo viên quan sát cách đứng của trẻ, tư thế đầu, vai, hông và đặc biệt là cột sống của trẻ. Trẻ cần đứng thẳng, vai thả đều, không lên gân, tay cử động thoải mái, không cúi đầu. Giữ cho trẻ tư thế đứng ngay cả khi nghỉ, khi đi bộ, chạy và làm các cử động khác. Số lần lặp lại mỗi bài tập phụ thuộc vào tính chất mỗi động tác, cũng như trình độ thể lực của trẻ. Những bài tập khó, có khối lượng vận động lớn chỉ nên lặp lại 2- 3 lần, còn động tác phát triển chung đối với tay, chân thì nên từ 4- 6 lần. Chọn động tác và sắp xếp bài tập cho trẻ cần theo một số quy định. Trước hết động tác phải phù hợp và hấp dẫn đối với trẻ em. Bài tập phải có tác động hoàn thiện kỹ năng đi, chạy, trèo, ném, thúc đẩy sự hình thành tư thế đúng, gây sự hoạt động tích cực của các cơ quan hô hấp, tuần hoàn, các nhóm cơ...

***\* Biện pháp 8: Ứng dụng công nghệ thông tin trong việc và dạy.***

Do dịch bệnh COVID-19 diễn biến phức tạp nên các trường mầm non trên địa bàn vẫn chưa thể mở cửa đón học sinh trở lại trường. Tuy không thể triển khai các hoạt động giáo dục trực tiếp cho trẻ nhưng thay vào đó, trường tôi đã tận dụng các phương tiện, nền tảng mạng xã hội để truyền tải kiến thức chăm sóc, giáo dục trẻ tại nhà cho phụ huynh. Để có thể triển khai việc giáo dục trẻ tại nhà, tôi đã phải nỗ lực rất nhiều, không ngừng tìm tòi và đưa ra các hình thức giáo dục cho phù hợp với tình hình mới như: Xây dựng các video clip với nhiều hình ảnh, nội dung phong phú để hướng dẫn phụ huynh dạy trẻ thực hiện tại nhà. Các video này ngoài việc được đăng tải trên website của trường, tôi cũng tận dụng các nền tảng mạng xã hội để đăng tải nhằm phổ biến rộng rãi đến tất cả mọi người những kiến thức cần thiết trong chăm sóc, giáo dục trẻ tại nhà. Bên cạnh đó, do đã có danh sách trẻ, số điện thoại của phụ huynh, nên chúng tôi tạo các nhóm/lớp trên Zalo để gửi các video này cho các phụ huynh”. Với hình thức này, tôi cùng nhà trường đã xây



***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

dựng và hoàn thành nhiều video hướng dẫn chăm sóc, giáo dục trẻ tại nhà rất hữu ích, được nhiều phụ huynh đánh giá cao. Có thể kể đến như: video thể dục sáng, video : Bật qua vật cản...

Ngoài việc tự “sản xuất” các video nói trên, tôi còn tích cực sưu tầm, chia sẻ đến các phụ huynh những nội dung bổ ích, phù hợp với lứa tuổi của trẻ 4-5 tuổi.

**II.1. Tính mới, tính sáng tạo:**

**II.1.1. Tính mới**

Vận động có vai trò hết sức quan trọng đối với sự phát triển của cơ thể, ở mỗi một giai đoạn thì nhu cầu vận động của trẻ là khác nhau. Vì vậy khi lập chương trình giáo dục thể chất nhằm phát triển vận động cần dựa trên những cơ sở sau:

+ Các bài tập vận động phải phù hợp với từng độ tuổi làm sao gây được hứng thú cho trẻ

+ Các bài tập vận động có tác dụng chung đến toàn bộ cơ thể, kích thích được nhiều cơ bắp tham gia thúc đẩy sự hoạt động của toàn bộ các hệ cơ quan trong cơ thể.

+ Cùng với việc dạy trẻ các bài tập vận động chúng ta cũng phải chú ý đến việc phát triển các kỹ năng, tố chất vận động.

+ Cần tăng cường ưu tiên các nhóm cơ bắp còn yếu về mặt sinh lý và giáo dục tư thế đúng cho trẻ, giúp trẻ có một thân hình cân đối, các động tác nhẹ nhàng chính xác.

+ Sự phát triển vận động được thực hiện thông qua nhiều hình thức phong phú phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ mẫu giáo như trò chơi vận động, thể dục sáng, tiết học thể dục, dạo chơi, các trò chơi thể thao lao động.

**II.1.2. Tính sáng tạo**

Trong các nội dung giáo dục thì giáo dục thể chất (GDTC) là một trong những nhiệm vụ trọng tâm của giáo dục mầm non và có ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển của trẻ. Do đó phát triển tính tích cực vận động trong giáo dục thể chất cho trẻ em cần được tiến hành một cách mạnh mẽ, toàn diện, cần được sự quan tâm ủng hộ của toàn xã hội, tạo điều kiện cho trẻ phát triển tốt nhất. Và nhận thức được vấn đề đó tôi đã dùng các biện pháp nêu trên để phát triển tính tích cực của trẻ thông qua các hình thức tổ chức giờ học, giờ thể dục sáng, trong ngày hội ngày lễ, các trò chơi, đồ dùng, đồ chơi....bên cạnh đó tôi vận động phụ huynh cùng chung tay kết

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

hợp với giáo viên để cung cấp nguyên liệu làm đồ dùng, đồ chơi, cũng như động viên khuyến khích trẻ tham gia các hoạt động thể chất. Vì vậy có thể nói “ ***Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất***” ở trường Mầm non Thái Sơn I có nhiều tính mới, tính sáng tạo.

**II.2. Khả năng áp dụng, nhân rộng:**

Sáng kiến có khả năng áp dụng trong quá trình tổ chức hoạt động giáo dục thể chất cho trẻ ở các độ tuổi, hay trong các ngày hội ngày lễ của nhà trường, trẻ được tham gia vào các hoạt động thể chất rất vui vẻ, tích cực.

"Một số biện pháp và hình thức phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất" có thể áp dụng cho tất cả các trường mầm non cho mọi đối tượng trẻ mẫu giáo. Nó giúp trẻ chủ động, tích cực vận động mang lại cho trẻ một thể lực tốt và là động lực, hành trang để trẻ phát triển toàn diện trong suốt cuộc sống sau này.

**II.3. Hiệu quả, lợi ích thu được do áp dụng:**

**a. Hiệu quả kinh tế:**

Trẻ hoạt động thể chất tích cực giúp trẻ luôn có cơ thể khỏe mạnh, phòng chống bệnh tật bảo vệ cơ thể, giảm tối thiểu sự ốm đau. Trẻ đi học đều đặn, bố mẹ không mất nhiều thời gian vào việc chăm sóc trẻ.

**b. Hiệu quả về mặt xã hội:**

Trẻ hoạt động thể chất tích cực sẽ giúp trẻ luôn tự tin, vững vàng, tự lực phục vụ bản thân mình và biết giúp đỡ mọi người xung quanh.

Giúp cho các bậc phụ huynh và cộng đồng có sự nhận thức đúng đắn về việc phát triển tính tích cực cho trẻ trong hoạt động giáo dục thể chất cho trẻ, từ đó sẽ phối hợp với nhà trường và giáo viên trong việc giáo dục thể chất cho trẻ trên mọi phương diện

Là hành trang giúp cho sự hình thành và phát triển nhân cách tốt cho trẻ, giúp trẻ thích nghi và ứng phó với điều kiện và tác động từ cuộc sống sau này.

**c. Giá trị làm lợi khác**

Giúp trẻ phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất là cách đầu tư cho giáo dục khôn ngoan nhất. Khi trẻ có kỹ năng, có sự tự tin thì trẻ sẽ dễ dàng tiếp thu các kiến thức mà chúng ta muốn truyền thụ. Kiến thức, kỹ năng và sự tự tin của trẻ là hàng hóa đặc biệt, chúng ta không thể

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

định giá hay so sánh. Những giá trị thực trẻ nhận được từ việc phát triển tính tích cực của trẻ sẽ xứng đáng với công sức chúng ta bỏ ra và góp phần trang bị cho trẻ hành trang để bước vào cuộc sống tương lai. Giúp đất nước của chúng ta ngày càng phát triển phồn vinh.

Với các giải pháp trên tôi đã áp dụng và đạt kết quả cao trong việc thông qua hoạt động phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất. Tôi xin mạnh dạn đưa ra để các cấp lãnh đạo, các chị em đồng nghiệp tham khảo và đóng góp ý kiến để sáng kiến của tôi được hoàn thiện hơn.

*Xin trân trọng cảm ơn!*

**CƠ QUAN ĐƠN VỊ  
ÁP DỤNG SÁNG KIẾN**

*Thái Sơn, ngày 18 tháng 01 năm 2022*  
**TÁC GIẢ SÁNG KIẾN**

**Bùi Thị Tố Nga**

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

## **PHẦN PHỤ LỤC**

***“Biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất”*** không chỉ áp dụng trong những giờ hoạt động thể chất, mà còn áp dụng ở mọi lúc mọi nơi, hay trong hoạt động ngày hội, ngày lễ trong nhà trường.

***Góc phát triển vận động cho trẻ lớp 4B4***



***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---

***Cô cho trẻ nhảy lò cò đồng loạt***



***Một số hình ảnh của trẻ trong sân chơi "Những chiến sĩ tí hon"***



***Tác giả: Bùi Thị Tố Nga - Trường mầm non Thái Sơn I***

***Tên sáng kiến: Một số biện pháp phát triển tính tích cực vận động cho trẻ 4-5 tuổi trong hoạt động giáo dục thể chất.***

---