

GIÁO ÁN THI GIÁO VIÊN GIỎI CẤP TRƯỜNG

HDH: Bò dích dắc qua 5 điểm

LVPT: PTTC

Chủ đề: Động vật sống trong rừng

Độ tuổi : 4 – 5 tuổi

Ngày dạy : 13/ 11/ 2024

Người dạy: Nguyễn Thị Thu

I. Mục đích - yêu cầu

- Trẻ biết bò theo đường dích dắc bằng bàn tay căng chân qua 5 điểm, sao cho không làm đổ chương ngại vật.
- Rèn trẻ có kỹ năng bò phối hợp bàn tay và căng chân một cách nhịp nhàng, khéo léo.
- Trẻ hứng thú, tích cực tham gia các hoạt động.

II. Chuẩn bị

- Xắc xô, nhạc bài hát "Ta đi vào rừng xanh";
- 10 cây xanh, 2 ống cờ, cờ, bàn, rổ, bóng, 2 giỏ đựng bóng.

III. Tiến hành

1. HD1: Khởi động.

- Cô thưởng cho các bé chuyến “Du lịch rừng xanh”
- Cô và trẻ hát bài “Ta đi vào rừng xanh”
- Cho trẻ đi các kiểu đi khác nhau (đi thường, lên dốc (đi bằng mũi chân), xuống dốc (đi bằng gót chân), chui qua đường hầm (cúi khom lưng), chạy nhanh -> về vòng tròn)
- Các con ạ, khi vào rừng còn có nhiều điều thú vị nữa đây, để chuẩn bị cho những chặng đường tiếp theo, bây giờ cô mời chúng mình cùng tập thể dục để cho cơ thể dẻo dai, khỏe mạnh nào.

2. HD2: Trọng động:

a. Tập BTPTC (ĐH: vòng tròn) (Tập 4L - 4N)

- Tay: 2 tay đưa sang ngang, lên cao
- Chân: Ngồi khụy gối
- Bụng: Đứng cúi người về phía trước
- Bật: Bật tiến phía trước
- ĐTNM: Chân (2L – 4N)
- Tập xong rồi các con cảm thấy thế nào?
- Chúng ta lại đi tiếp nào (trẻ chuyển thành 2 hàng) – và tới rừng rồi, chúng mình thấy có gì? (rất nhiều cây)

b. VĐCB: "Bò dích dắc qua 5 điểm".

- Cô giới thiệu đồ dùng -> cô mời 2 bạn lên giúp cô trồng cây -> với những cây này chúng mình có thể chơi gì?
- Cô thống nhất tên vận động “Bò dích dắc qua 5 điểm”

- Mời 1 trẻ đã biết lên tập (Cô nhận xét).
- Cô tập mẫu lần 1
- Cô tập mẫu lần 2 kết hợp phân tích động tác:
- + TTCB: Quỳ 2 đầu gối xuống sàn nhà, 2 cẳng chân thẳng áp sát sàn nhà, 2 bàn tay chống sát vạch chuẩn, mắt nhìn thẳng.
- + TH: khi có hiệu lệnh 2 tiếng xác xô thì bắt đầu bò, bò chân nọ tay kia, 2 cẳng chân luôn áp sát sàn nhà, bò đích đắc qua 5 điểm chú ý không làm đổ cây, cứ bò như thế cho đến hết rồi về cuối hàng đứng.
- Lần lượt 2 trẻ lên tập (Cô chú ý bao quát sửa sai cho trẻ)
- Thi đua 2 tổ, cắm cờ
- Cùng cổ: Hỏi trẻ tên VĐ?
- c. Trò chơi vận động: "Ném bóng vào giỏ".**
- Cô giới thiệu đồ dùng – Trẻ đoán tên trò chơi.
- Cô giới thiệu trò chơi, cách chơi.
- Trẻ chia 2 đội, nhiệm vụ của mỗi đội là lần lượt từng bạn lên lấy bóng, đứng dưới sát vạch chuẩn rồi ném quả bóng vào giỏ của đội mình, sau đó bạn khác lên. Chú ý không giẫm lên vạch chuẩn, nếu ném bóng ra ngoài thì nhặt bóng lên để lại trên rổ. Thời gian chơi là 1 bản nhạc, đội nào có được nhiều bóng hơn và đúng luật thì đội đó dành chiến thắng.
- Trẻ chơi 2 lần
- Cô kiểm tra kết quả sau mỗi lần chơi.
- 3. HĐ3: Hồi tĩnh.**
- Cho trẻ đi nhẹ nhàng 2-3 vòng.

NGƯỜI DUYỆT

NGƯỜI SOẠN

Nguyễn Thị Lan Hương

Nguyễn Thị Thu