

GIÁO ÁN THI GIÁO VIÊN GIỎI CẤP THÀNH PHỐ

Lĩnh vực: Phát triển thể chất

Bài dạy: Bật xa

Chủ đề: Động vật

Độ tuổi: 5 - 6 tuổi

Ngày dạy:

Người soạn và dạy: Đinh Thị Thu Trang

I. Mục đích – yêu cầu:

- Trẻ biết bật xa đúng kỹ năng, khi bật trẻ biết lấy đà bật xa chạm đất nhẹ nhàng bằng 2 mũi bàn chân.

- Phát triển cơ chân cho trẻ.

- Trẻ biết phối kết hợp cùng bạn khi tham gia trò chơi

- Trẻ tích cực tham gia các hoạt động

II. Chuẩn bị:

- Vạch chuẩn

- Dây thừng

- Nhạc: Con cào cào, đi tàu lửa, vườn cổ tích

III. Cách tổ chức hướng dẫn

HĐ1: Khởi động

Cho trẻ đi thành vòng tròn kết hợp các kiểu đi: đi thường, đi bằng mũi bàn chân, đi bằng gót chân, đi bằng má bàn chân, chạy nhanh, chạy chậm... theo lời bài hát “đi tàu lửa”

HĐ2: Trọng động

Cô cho trẻ tập bài tập phát triển chung theo lời bài hát “Con cào cào”

Tay vai: Đưa tay ngang, gập khuỷu tay

Chân: Bước khuyu một chân ra trước, chân sau thẳng

Bụng lườn: Đứng quay người sang hai bên

Bật tiến phía trước (ĐTNM)

Cô giới thiệu vận động cơ bản: Bật xa

Cô bật xa lần 1

Cô bật xa lần 2, vừa tập vừa hướng dẫn trẻ: Cô làm mẫu kết hợp giải thích động tác: Đứng trước vạch xuất phát, hai tay đưa ra trước, khi có hiệu lệnh “bật” nhún gối kết hợp lạng tay về phía sau tạo đà bật mạnh về phía trước và tiếp đất nhẹ nhàng bằng 2 mũi bàn chân.

Cô cho 2 trẻ lên tập, cho trẻ nhận xét

Trẻ thực hiện, mỗi lần 2 trẻ

Cô nhận xét, khen ngợi và động viên trẻ.

Trò chơi vận động: Kéo co

Cô giới thiệu trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi cho trẻ.

Luật chơi: Khăn ở giữa sợi dây thừng của đội nào qua vạch chuẩn là thua cuộc.

Cách chơi: Chia trẻ thành hai nhóm bằng nhau, tương đương sức nhau, xếp thành hai hàng dọc đối diện nhau. Mỗi nhóm chọn một cháu khoẻ nhất đứng đầu hàng ở vạch chuẩn, cầm vào sợi dây thừng và các bạn khác cũng cầm vào dây. Khi có hiệu lệnh của cô thì tất cả kéo mạnh dây về phía mình. Đội nào kéo khăn ở giữa sợi dây thừng qua vạch chuẩn trước là thắng cuộc.

- Cho trẻ chơi 2 - 3 lần.

- Cô nhận xét, khen ngợi và động viên trẻ.

HD3: Hồi tĩnh

Cô cho trẻ đi hít thở nhẹ nhàng một vòng trên nền nhạc “vườn cổ tích”

Ban giám hiệu duyệt

Giáo viên soạn giảng:

Đinh Thị Thu Trang