

**PHÒNG GIÁO DỤC & ĐÀO TẠO PHÚ XUYÊN**

**TRƯỜNG MẦM NON CHUYÊN MỸ**

**GIÁO ÁN**

**Lĩnh Vực Phát Triển Thể Chất**

**Đề tài: VĐCB: Ném trúng đích nằm ngang**

**TCVĐ: Trời nắng, trời mưa**

**Đối tượng: 3-4 tuổi**

**Số lượng: Cả lớp**

**Thời gian: 20-25 phút**

**Người thực hiện: Nguyễn Thị Thu Hà**

**Năm học: 2022 - 2023**

**GIÁO ÁN**

**Lĩnh Vực Phát Triển Thể Chất**

**Đề tài: VĐCB: Ném trúng đích nằm ngang**

**TCVĐ: Trời nắng, trời mưa**

**Đối tượng: 3-4 tuổi**

**Số lượng: Cả lớp**

**Thời gian: 20-25 phút**

**Người thực hiện: Nguyễn Thị Thu Hà**

**I. Mục đích yêu cầu**

**1.** **Kiến thức:**

- Trẻ biết tên VĐCB: “Ném trúng đích nằm ngang”, TCVĐ: “Trời nắng, trời mưa”

**-**Trẻ biết ném trúng đích thẳng đứng bằng một tay và thực hiện đúng kĩ thuật, đứng đúng tư thế.

**-** Trẻ biết phối hợp chân tay nhịp nhàng.

**2.** **Kĩ năng**:

- Rèn cho trẻ kỹ năng ném trúng đích

**-**Rèn luyện và phát triển sức mạnh của tay, vai, chân, định hướng khi ném.

**3.** **Thái độ:**

**-** Giáo dục trẻ ý thức tập thể dục thể thao để cơ thể luôn khoẻ mạnh

**II.** **Chuẩn bị:**

**1. Chuẩn bị của cô:**

- Sân tập sạch sẽ, an toàn

- Không gian rộng rãi,thoáng mát.

- Nhạc bài hát “đi tàu lướt”, “nắng sớm”, “Mùa hè đến”, “Trời nắng, trời mưa”.

**2. Chuẩn bị của trẻ:**

-  25 túi cát.

**III. Cách tiến hành**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Nội dung** | **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **2-3p**  17-20p    **1-2p** | **1.Ổn định tổ chức.**  **2.Phương pháp và hình thức tổ chức.**  **3.Kết thúc** | Chào mừng các bạn đến với hội thi “Chiến sỹ nhanh nhẹn” ngày hôm nay.  - Đến với hội thi hôm nay 2 đội sẽ phải trải qua 3 phần thi đó là phần Diễu Hành, Đồng Diễn và phần Tài Năng.    Hai đội đã sẵn sàng để bước vào cuộc thi chưa?   Phần thi thứ nhất có tên phần thi Diễu Hành bắt đầu.  \*  Khởi động:  -  Cho trẻ làm đoàn tàu đến tham gia hội thi, đoàn tàu đi thành vòng tròn theo nhạc bài “đi tàu lướt” kết hợp với các kiểu đi: đi bằng mũi chân, đi thường, đi bằng gót chân, đi thường, đi khom lưng, đi thường, chạy chậm, chạy nhanh dần, chạy nhanh, chạy chậm dần,chạy chậm và về đứng thành đội hình hai hàng ngang giản cách nhau 1 cánh tay.  - Cho trẻ chuyển đội hình thành 3 hàng ngang chuẩn bị tập bài tập phát triển chung.  **\*  Trọng động:**  Bài tập phát triển chung:   Trải qua phần thi thứ nhất cô thấy cả 2 đội biểu diễn rất giỏi cô sẽ thưởng cho mỗi đội một ngôi sao. Bây giờ chúng ta sẽ bước sang phần thi thứ 2 mang tên: Đồng diễn, phần thi bắt đầu.  (cô cho trẻ tập kết hợp nhạc bài hát nắng sớm).  - Động tác tay: (Thực hiện 8 lần x 4nhịp).   - Động tác bụng: Tay đưa lên cao, lòng bàn tay hướng vào nhau, cúi gập người (Thực hiện 4 lần x4 nhịp).   -Động tác chân: Ngồi khuỵu gối hai tay đưa ra phía trước. (Thực hiện 4 lần x4 nhịp).  -  Động tác bật: Bật chân trước, chân sau (Thực hiện 4 lần x 4nhịp).  - Trải qua phần thi thứ 2 phần thi đồng diễn cô thấy cả hai đội biểu diễn rất đều, rất đẹp cả 2 đội xứng đáng được nhận mỗi đội 1 ngôi sao. Bây giờ ta sẽ bước sang phần thi thứ 3 phần thi tài năng. Ở phần thi thứ 3 này chương trình đã mang đến cho các bé phần quà gì đây?  Với những túi cát này các bé sẽ làm gì?  À vừa rồi có rất nhiều ý tưởng khác nhau với túi cát.  ***\* VĐCB: Ném trúng đích nằm ngang***  - Cô làm mẫu lần một không giải thích.  -  Cô làm mẫu lần hai kết hợp phân tích động tác: Để ném được chính xác hơn, chúng mình cùng xem cô làm lại một lần nữa nhé: Từ đầu hàng cô bước đến vạch xuất phát tay cầm túi cát khi có hiệu lệnh “Chuẩn bị” cô đứng chân trước chân sau, tay cầm túi cát đưa ra phía trước mắt nhìn thẳng đích. Khi nghe hiệu lệnh “Ném”, cô đưa tay từ trước ra sau lên cao và dùng sức của cánh tay ném mạnh túi cát trúng đích.  **\* Trẻ thực hiện:**  -Cô cho trẻ thực hiện 2 trẻ/ 1 lần đến khi hết cả lớp  -Cô cho trẻ thi đua theo hình thức tổ nhóm cá nhân  - Mời 2-3 trẻ lên làm lại.   Cô quan sát sửa sai và động viên trẻ.  - Bây giờ là phần thi hết sức gay cấn và hấp dẫn, hai đội sẽ thi đua xem đội nào ném giỏi nhất. Đội nào thắng sẽ được thưởng. Phần thi bắt đầu. (Cô mở nhạc nền “Em đi chơi thuyền”.)  Trong quá trình trẻ tập, cô chú ý quan sát, sửa sai cho trẻ.   Cô kiểm tra và công bố kết quả của hai đội, hỏi trẻ vừa tham gia trò chơi gì. (Cho trẻ nhắc lại tên vận động)  **\* Trò chơi vận động: “Trời nắng, trời mưa”**  -Cách chơi: Cô chuẩn bị đặt những vòng tròn trên sân. Sao cho vòng này cách vòng kia 30 -40cm để làm nơi trú mưa. Số vòng ít hơn số trẻ chơi khoảng 3-4 vòng.  Trẻ đóng vai thỏ đi tắm nắng, vừa đi vừa hát theo nhịp phách của bài hát. Khi nghe hiệu lệnh của cô nói: “Trời mưa” thì mỗi trẻ tìm một nơi trú mưa nấp cho khỏi bị ướt (chạy vòng tròn). Ai chạy chậm không tìm được nơi để nấp thì sẽ bị ướt. Trò chơi tiếp tục, giáo viên ra lệnh “trời nắng” để trẻ đi ra xa vòng tròn. Hiệu lệnh “trời mưa” lại được hô lên để trẻ tìm đường trú mưa.  -  Cho trẻ chơi 2-3 lần, cô quan sát nhắc nhở trẻ.  -  Cô công bố kết quả của hai đội.  -Cô hỏi trẻ tên bài học  -Cô mời một trẻ khá lên lên thực hiện lại vận động cơ bản  **\* Hồi tĩnh:** Cho trẻ đi 3-4 vòng trên nền nhạc “chim mẹ chim con” và ra sân chơi | -Trẻ lắng nghe      -Rồi ạ        -Trẻ đi kết hợp các kiểu đi thay đổi tôc độ theo hiệu lệnh của cô                  -Trẻ tập bài tập phát triển chung                              -Túi cát  -Trẻ trả lời theo ý tưởng cá nhân  -Trẻ quan sát cô làm mẫu    -Trẻ quan sát cô làm mẫu và lắng nghe cô phân tích động tác        -Trẻ thực hiện    2-3 trẻ lên thực hiện    -Trẻ chia thành 2 đội thi đua cùng nhau            -Trẻ lắng nghe cô phổ biến cách chơi                  -Trẻ chơi 2-3 lần  Ném trúng đích nằm ngang  -Một trẻ tập khá lên thực hiện lại VĐCB  -Trẻ đi lại nhẹ nhàng và chuyển hoạt động khác |