**GIÁO ÁN**

**PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT**

**Đề tài: Thể dục:  Bò chui qua cổng**

**Đối tượng: Trẻ 24 - 36 tháng tuổi**

**Thời gian : 15 – 20 phút**

**Số lượng : 18 - 20 trẻ**

**Người dạy :**

**Ngày dạy :**

**I. Mục đích yêu cầu**

***1. Kiến thức***

- Trẻ biết tên vận động

- Trẻ biết cách thực hện vận động.

.

***2. Kỹ năng***

- Trẻ bò bằng hai bàn tay và hai cẳng chân, phối hợp tay chân nhịp nhàng, mắt nhìn thẳng, không chạm cổng.

- Rèn luyện ở trẻ sự khéo léo, mạnh dạn, tự tin.

***3. Thái độ***

- Trẻ hứng thú tham gia hoạt động.

- Trẻ vui khoẻ trong hoạt động và đoàn kết.

**II. Chuẩn bị**

**Đồ dùng**

      - Cổng chui

      - Vạch chuẩn

- Nhạc tập BTPTC

- Nhạc bài hát: “Chú Thỏ con”

**III. Tổ chức hoạt động**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **I. Ổn định tổ chức.**  - Cô cho trẻ hát bài: “Chú thỏ con”.  - Đàm thoại, dẫn dắt trẻ vào bài.  **II. Phương pháp, hình thức tổ chức.**  ***1. Khởi động: Kết hợp nhạc bài “đồng hồ báo thức”***  - Cô và trẻ đi vòng tròn đi các kiểu chân: đi thường – đi nhanh- đi thường – đi chậm – chạy nhanh – chạy chậm.  ***2. Trọng động***  **\* Bài tập phát triển chung**:  + Động tác tay: Trẻ giơ 2 tay sang ngang cao bằng vai rồi hạ xuống (2lx4n).  + Động tác cơ, bụng: Trẻ cúi xuống 2 tay chạm mu bàn chân (2lx8n).  + Động tác chân: Trẻ dậm chân tại chỗ (2lx4n).  **\*Vận động cơ bản:** Bò trong đường hẹp  **- Cô làm mẫu lần 1:** Cô giới thiệu tên bài tập, cô tập không phân tích.  **- Cô làm mẫu lần 2:** Vừa làm vừa giải thích: Cô đi từ đầu hàng ra trước vạch xuất phát. Khi có hiệu lệnh “chuẩn bị”, cô chống 2 bàn tay từ từ xuống sàn sát với vạch, 2 cẳng chân để sát sàn. Khi có hiệu lệnh “bò” thì cô bắt đầu bò kết hợp tay nọ chân kia. Khi bò cô ngẩng cao đầu, mắt nhìn thẳng phía trước, tới cổng thì cô cúi thấp đầu chui qua cổng. Chúng mình phải chui thật khéo để không chạm vào cổng. Cứ như vậy, cô bò tới đích rồi đứng dậy đi về cuối hàng.  - Cô hỏi trẻ tên bài tập.  - Cô cho 2 trẻ lên thực hiện.  + Cô cho lần lượt trẻ lên thực hiện.  + Cô cho 2 tổ lên thi đua nhau.  (Trong lúc trẻ tập, cô chú ý sửa sai cho trẻ)  - Cô thực hiện lại vận động và hỏi trẻ tên bài tập.  - Nhận xét và khen trẻ.  **\* Trò chơi vận động : Cáo và Thỏ**  - Cô giới thiệu tên trò chơi: Cáo và Thỏ  - Cách chơi: Một trẻ đóng làm Cáo, các trẻ khác làm Thỏ.Các con vừa nhảy kiểu Thỏ vừa đọc bài thơ “Cáo và Thỏ”.  Trên bãi cỏ.  Chú Thỏ non.  Tìm rau ăn.  Rất vui vẻ.  Thỏ nhớ nhé.  Có cáo gian.  Đang rình bắt.  Khi đọc đến câu “Đang rình bắt” thì Cáo sẽ chạy ra bắt các chú Thỏ.  - Cô cho trẻ chơi 2- 3 lần.  ***\* Hồi tĩnh***  - Cô cho trẻ làm chim bay nhẹ nhàng.  **III. Kết thúc:**  - Cô nhận xét và khen ngợi trẻ. | Trẻ hát  Trẻ trả lời  Trẻ thực hiện  Trẻ thực hiện  Trẻ quan sát  Trẻ lắng nghe  Trẻ trả lời  Trẻ thực hiện  Trẻ lắng nghe  Trẻ chơi  Trẻ làm chim bay |