GIÁO ÁN: Giáo dục thể chất

Chủ đề: Trường mầm non

Đề tài : VĐCB: Đập và bắt bóng bằng 2 tay

TCVĐ: Ai nhanh hơn

Lứa tuổi : Mẫu giáo nhì

Thời gian : 25->30 phút.

Số trẻ : 30 trẻ

1. Mục đích yêu cầu

**KT:** Trẻ biết tên bài tập, biết  lợi ích của việc rèn luyện TDTT

- Hình thành và phát triển kỹ năng vận động: đập và bắt bóng bằng 2 tay

- Biết tên TCVĐ, luật chơi, cách chơi

**KN:** Trẻ có kỹ năng cầm bóng bằng 2 tay đập xuống đất và đón bóng bằng 2 tay

- Trẻ có phản xạ nhanh khi nghe hiệu lệnh, khẩu lệnh và chuyển đội hình theo yêu cầu của cô.

- Trẻ phối hợp tốt với các bạn trong đội khi chơi trò chơi.

- Phát triển tố chất nhanh nhẹn, khéo léo

**TĐ:** Trẻ hứng thú tích cực khi tham gia hoạt động.

- Tôn trọng luật chơi khi chơi trò chơi.

**NDTH**: Giáo dục dinh dưỡng

II. Chuẩn bị:

\* Đồ dùng của cô

- Băng nhạc theo chủ đề.

- 2 quả bóng

\* Đồ dùng :Trẻ

- Vạch chuẩn.

- 4 quả bóng

- 5 vòng thể dục

 III. Tiến hành:

**1. ổn định tổ chức:**

- Cô và trẻ hát “ Mời bạn ăn”

- Đàm thoại: Cô và con vừa hát bài hát gì?

+Muốn cho cơ thể khoẻ mạnh thì các con phải làm gì?...

**2. Phương pháp, hình thức tổ chức:**

**a. Khởi động:**

Cô cho trẻ đi theo đội hình vòng tròn.rộng . Khi vòng tròn khép kín cô đi vào trong ngược chiều với trẻ. Trẻ đi thường ->đi bằng gót chân(2m) ->đi thường(5m)->đi bằng mũi bàn chân(2m)->đi thường ->chạy chậm->chạy nhanh dần-> chạy chậm dần về 4 hàng dọc ->  tập BTPTC

**b. Trọng động:**

**\* BTPTC:**

- Tay: Hai tay đưa ngang, lên cao ( 6x4 nhịp)

- Bụng: Đứng cúi người về phía trước  (4x4 nhịp)

- Chân: chân đưa trước, khuỵu gối (4x4 nhịp)

- Bật: Bật tại chỗ (4x4 nhịp)

\***VĐCB**: Đập và bắt bóng bằng 2 tay

Cô giới thiệu tên bài tập.

Cô làm mẫu lần 1

Hỏi trẻ tên vận động

Lần 2 + phân tích : TTCB : Các con đứng trước vạch chuẩn hai chân đứng rộng bằng vai, 2 tay cầm bóng khi có hiệu lệnh “ đập”, thì các con đập bóng xuống phía dưới và đón bóng bằng 2 tay khi bóng nẩy lên.

Lần 3 : Làm mẫu toàn bộ vận động, giải thích những điểm cần lưu ý.

- 1 trẻ lên làm thử và cho trẻ tự nhận xét.

- Cho trẻ lần lượt thực hiện vận động 2 – 3 lần.

+ Lần 1 :  lần lượt 2 trẻ thực hiện vận động

+ Lần 2 : 4 trẻ lên thực hiện vận động

+ Lần 3 : Tổ chức thi đua giữa các đội

Kết thúc:

- Cô hỏi tên bài tập

- Gọi 1 trẻ tập tốt lên tập lại

- Động viên khen ngợi trẻ

**\* TCVĐ** : **Ai nhanh hơn**

- Cô giới thiệu tên trò chơi

+ Cách chơi: Có 5 cái vòng cô gọi 6 trẻ

+ Luật chơi: Trẻ đi vòng quoanh vòng và hát khi có hiệu lệnh trẻ phải nhảy vào vòng  yêu cầu mỗi bạn một cái . Bạn nào không tìm cho mình được vòng bạn đó thua cuộc

- Cô tổ chức cho trẻ chơi

- Cho 1 - 2 trẻ nhắc lại cách chơi.

- Nhận xét chung

**c. Hồi tĩnh :** Trẻ đi lại nhẹ nhàng , hít thở sâu theo nhạc không lời.

**3. Kết thúc** : Cô nhận xét giờ  học. Tuyên dương trẻ