**Lĩnh vực: Phát triển thể chất**

**Hoạt động: Thể dục**

**Đề tài: Chuyền bóng qua đầu và chạy nhanh 15m**

**I. MỤC ĐÍCH – YÊU CẦU:**

- Dạy trẻ biết chuyền bóng qua đầu bằng 2 tay và không làm rơi bóng, biết chạy chậm phối hợp tay chân nhịp nhàng.

- Phát triển cơ tay-cơ chân, luyện tính nhanh nhẹn, khéo léo cho trẻ.

- Giáo dục trẻ trật tự trong giờ học.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Sân rộng, sạch, thoáng mát.

- Mức vạch chuẩn, 2 đường thẳng.

- 2 quả bóng, lô tô động vật

- Băng nhạc, trống lắc.

**III. TIẾN HÀNH:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của cô** | **Hoạt động của trẻ** |
| **a) Hoạt động 1:**  - Cô và trẻ cùng hát, vận động bài hát “ một con vịt”  - đàm thoại về bài hát  Chúng ta phải thường xuyên tập thể dục để được khỏe mạnh. Thế hôm nay các con cùng cô tập thể dục nhe!  **b) Hoạt động 2:**  **\* Khởi động:** - Cho trẻ đi vòng tròn kết hợp đi kiễng chân, đi thường, đi gót chân, đi thường, chạy chậm, chạy nhanh, về đội hình hàng dọc, hàng ngang tập BTPTC  **\* Trọng động:**  **Bài tập phát triển chung:**  **\***Động tác hô hấp 1: Gà gáy ò ó o…  \*  Động tác tay 1: Tay đưa ra phía trước, giơ lên cao, sang ngang.  \* Chân 4: Bước khuỵ một chân ra phía trước, chân sau thẳng, 2 tay chụm gối.  \* Bụng 2:Đứng quay người sang 2 bên  \* Bật: Bật 2 chân về trước.  - Cô nhận xét- tuyên dương cả lớp  Giờ thể dục hôm nay cô sẽ dạy cho các con vận động “ Chuyền bắt bóng qua đầu, chạy nhanh 15m”  **\* Hoạt động 3:**  **- Chuyền bắt bóng qua đầu:**  Cô chia lớp thành 2 hàng dọc đứng sang 2 bên.  Làm mẫu:  + Lần 1: không giải thích + Lần 2: vừa làm vừa giải thích - Chuyền bắt bóng qua đầu: Tư thế chuẩn bị hai chân cô đứng rộng bằng vai , cô cầm bóng hai tay đưa lên đầu( hơi ngã ra sau). Bạn đứng sau đón bóng bằng hai tay và đưa cho bạn tiếp theo sau, bạn đứng trước chuyền bóng cho bạn xong chạy nhanh về phía trước 15m, cứ như vậy cho đến hết.  - Cô mời một tổ lên làm thử cho cả lớp xem.Cô sửa sai cho trẻ - Cô cho trẻ thực hiện (chú ý sửa sai cho trẻ)  - Cô cho trẻ thi đua: “ Ai nhanh hơn”  Chia lớp thành 2 đội: khi cô trao bóng cho 2 đội thì các bạn trong đội phải chuyền bóng qua đầu cho bạn đứng sau và nhanh tay lấy lô tô động vật trong gia đình và chạy thật nhanh về trước bỏ vào rỗ đến khi cô lắc trống hết giờ, đội nào nhiều tranh lô tô nhất sẽ được thắng.  - Trẻ chơi vài lần  - Cô nhận xét cháu  - Giáo dục qua bài  **\* Hồi tỉnh:**Cho trẻ đi nhẹ nhàng, hít thở. | - Lớp hát và vận động  - Trẻ trả lời  - Trẻ khởi động  - Trẻ lắng nghe và thực hiện  - Cả lớp chú ý nghe cô nói  - Trẻ làm theo yêu cầu của cô  - Trẻ quan sát  - Trẻ chú ý xem và lắng nghe  - Trẻ thực hiện thử  -Trẻ thực hiện  - Trẻ lắng nghe  -        Trẻ chơi  Hồi tĩnh |

**\* Hoạt động chiều:**

- Ôn lại bài học của buổi sáng.

**\* Nhận xét đánh giá nội dung đánh giá cuối ngày:**