

GIÁO ÁN THAO GIẢNG

Chủ đề: Trường mầm non

Chủ đề nhánh: Lớp học của bé

Đề tài: Bò bằng bàn tay bàn chân 4 - 5m

Lớp : Lá

Đối tượng: 5- 6 tuổi.

Thời gian: 30 - 35 phút

Người dạy:

Ngày dạy: 26/ 09 /2025

I/ Mục đích, yêu cầu:

1/ Kiến thức:

- */ Kiến thức:** - Trẻ biết bò bằng bàn tay, bàn chân 4 - 5m.
- Trẻ biết chống 2 bàn tay, người nhô cao lên bò về phía trước (kết hợp bò chân nọ tay kia) mắt nhìn thẳng phía trước.
- Tăng cường tiếng việt: Bò bằng bàn tay bàn chân 4-5m, bao cát, Kéo co
- */ Kỹ năng:** - Phát triển tố chất vận động: khéo léo, nhanh nhẹn và khả năng định hướng, rèn luyện trẻ phối hợp tay chân nhịp nhàng cùng 2 tay và chân bò cho thẳng
- */ Giáo dục:** - Trẻ mạnh dạn tự tin, ý thích tổ chức kỷ luật tinh thần thi đua, sự đoàn kết, hợp tác trong hoạt động.
- Trẻ biết thực hiện lần lượt và đứng về hàng sau khi thực hiện xong.

2/ Chuẩn bị:

+ Đồ dùng:

- Sân tập sạch sẽ, thoáng mát , bằng phẳng, rộng rãi, phần trắng
- Gậy thể dục, Xắc xô, Bông gài, bông hoa, bao cát, dây kéo co, thảm xốp, con đường. mũ đội hoa đỏ, hoa vàng
- Trang phục của trẻ gọn gàng
- Loa, nhạc chủ đề trường mầm non

+ Nội dung tích hợp: Khám phá khoa học, âm nhạc, toán

3. Tiến hành tổ chức hoạt động:

***/ Mở đầu hoạt động:**

- Chào mừng các bạn nhỏ đến với chương trình “Bé vui khỏe” ngày hôm nay.

- Tham gia chương trình của chúng ta ngày hôm nay có các bạn nhỏ đến từ lớp lá 3

Xin chào mừng đội : + Hoa đỏ

+ Hoa vàng

- Thành phần không thể thiếu được đó chính là ban giám khảo, các bạn hãy cho một tràng pháo tay thật lớn để chào đón ban giám khảo nào!

- Và Cô sẽ là người đồng hành cùng chúng ta trong chương trình ngày hôm nay

- Đến với cuộc thi “Bé vui khỏe” ngày hôm nay, các đội chơi sẽ được rèn luyện thể lực qua 4 phần thi:

- + Phần thứ nhất “Khởi động”
- + Phần hai “Đồng diễn”
- + Phần ba “ Bé khéo léo”
- + Phần Tư “Về đích”

- Qua mỗi phần chơi Ban tổ chức sẽ tặng cho chúng ta 1 bông hoa, đội nào giỏi sẽ được tặng 2 bông hoa. Cuối 4 phần chơi sẽ tổng hợp lại xem đội nào nhiều bông hoa nhất sẽ là đội giành chiến thắng được Ban tổ chức tặng quà.

- Hai đội đã sẵn sàng bước vào phần thi của mình chưa nào?

- Vâng xin mời 2 đội chơi bước vào phần thi “Khởi động”

***/ Hoạt động trọng tâm:**

a/ Phần 1: Khởi động:

- Cho trẻ đi vòng tròn kết hợp các kiểu chân theo bài nhạc về chủ đề trường mầm non.

- Đi thường – Đi bằng mũi bàn chân – Đi thường – Đi bằng gót chân – Đi thường – Đi khom lưng – Đi thường – Chạy chậm – Chạy nhanh – Chạy chậm – nâng cao đầu gối, Đi thường về đội hình 2 hàng và lấy gậy thể dục.

- Qua phần thi khởi động ban tổ chức thấy các con thực hiện rất giỏi, Ban tổ chức tuyên dương cả 2 đội chơi và giành cho 2 đội chơi mỗi đội chơi 1 bông hoa. Ban tổ chức mời 2 đội trưởng lên lấy gậy vào đội của mình nào.

- Tiếp theo chương trình mời 2 đội cùng bước vào phần thi hai “ Đồng diễn”

- Ban tổ chức mời cả 2 đội điểm số 1,2- 1,2 đến hết

- Những bạn số 2 bước sang phải 3 bước (tách thành 4 hàng) bên phải quay

b/ Phần 2: Trọng động

**** Bài tập phát triển chung (Đồng diễn): Tập theo bài nhạc “Trường của chúng cháu là trường mầm non”***

- Động tác tay vai : (4 lần 8 nhịp) Hai tay đưa lên trước, đưa lên cao, ra trước hạ xuống tư thế ban đầu

- Động tác chân: (4 lần 8 nhịp) Tay đưa ra trước, chân khụy gối sang trái, sang phải.

- Động tác bụng lườn: (4 lần 8 nhịp) Đứng thẳng nghiêng người sang 2 bên.

- Động tác Bật : (4 lần 8 nhịp) Bật luân phiên chân trước chân sau, tay đưa lên ngang ngực và hạ xuống.

- Mời các bạn số 2 nhập hàng lại số 1 để thành 2 hàng dọc

- Mời đội trưởng đi thu gậy thể dục.

- Mời các bạn số 2 nhập hàng (Nhận xét và tặng hoa cho 2 đội)

c/ Phần 3: Bé khéo léo

- + **Vận động cơ bản:** “Bò bằng bàn tay, bàn chân 4 – 5m”
- Cho trẻ đứng thành 2 hàng quay mặt vào nhau
- Các bạn cùng quan sát lên đây xem Ban tổ chức có những gì ở đây, ai giỏi kể cho Ban tổ chức và các bạn cùng nghe nào?(Trẻ kể: kẻ vạch xanh, cột cờ)
- Các con có biết với những đồ dùng này thường dùng cho những vận động nào không? (Trẻ kể: Ném xa, chạy nhanh, nhảy lò cò)
- Đúng rồi đây các con, những vật dụng này được dùng cho những vận động như là nhảy lò cò.....mà các con vừa kể đấy
- Hôm nay BTC muốn các con sử dụng những vật dụng này qua vận động Bò bằng bàn tay, bàn chân 4-5m (Cho trẻ nhắc lại).
- BTC mời 1 bạn lên nói cách thực hiện động tác Bò bằng bàn tay bàn chân 4-5m
- BTC mời 2 bạn lên làm mẫu.
- Cô phân tích động tác. Khi có hiệu lệnh “Chuẩn bị”, người cúi xuống, hai bàn tay và hai bàn chân chạm đất, tay để dưới vạch xuất phát, mắt nhìn về phía trước. Khi có hiệu lệnh bằng “xắc xô” thì chúng ta bò bằng 2 bàn tay và 2 bàn chân, phối hợp chân nọ tay kia, bò tới đích trên. Chú ý ,khi bò về phía trước, chân tay các con không được bỏ lên khỏi mặt sàn. Mắt nhìn thẳng phía trước, bò khi tới đích chúng mình sẽ đứng lên và trở về đứng ở cuối hàng của mình (Cho trẻ nhắc lại tên vận động)
- Và bây giờ các con đã sẵn sàng tham gia phần thi “ Bé khéo khéo” chưa nào?
- Cho trẻ thực hiện.
- + Lần 1: Cho lần lượt từng trẻ ở 2 hàng thực hiện.
 - Cô bao quát, sửa sai cho trẻ.
- Lần 2 : (Nâng cao độ khó) Cho các bạn bò và để túi cát lên lưng giữ thẳng bằng lên bỏ cát vào rồi trẻ thực hiện
 - Cô quan sát, nhận xét, sửa sai, động viên khuyến khích trẻ thực hiện.
 - 2 đội chơi thấy có vui không nào? Chúng ta đã hoàn thành suất sắc các phần thi của mình vì vậy ban tổ chức tặng cho mỗi đội 1 bông hoa các bạn cho 1 tràng pháo tay thật to để chúc mừng cả 2 đội chơi nào
 - À chúng ta phải thường xuyên luyện tập thể dục, thể thao để có sức khỏe tốt , ăn đầy đủ các chất dinh dưỡng, ăn đúng bữa và ăn hết khẩu phần của mình để có 1 cơ thể khỏe mạnh nhé.
- d/ Trò chơi vận động: Kéo co**
- Các bạn cùng nhìn lên xem BTC có gì đây? À đây là dây thừng, với sợi dây thừng này thì BTC sẽ có trò chơi kéo co 2 đội chú ý lắng nghe BTC phổ biến luật chơi và cách chơi nha.

- Chuẩn bị:
- + Một sợi dây thừng dài 8-10m
- + Vẽ 1 vạch thẳng làm ranh giới giữa hai đội
- Luật chơi: Đội nào giẫm vào vạch chuẩn trước 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. Nếu người đứng đầu hàng đội nào dẫm chân vào vạch chuẩn trước là thua cuộc.
- +/ **Kết thúc: Hồi tĩnh.**
- Cho trẻ thư giãn hít thở nhịp nhàng thả lỏng cơ thể cùng nhạc.
- **Kết thúc chương trình:** Cô mời đại diện 2 đội lên đếm số hoa sau 4 phần chơi và trao phần thưởng cho 2 đội, lên chụp hình lưu niệm