

Đề tài: CÙNG BÉ ĐI CHƠI CÔNG VIÊN

I. YÊU CẦU:

- Biết trèo lên xuống thang liên tục, phối hợp chân nọ tay kia.
- Rèn kỹ năng chạy bền: chạy chậm trên quãng đường dài, phối hợp tay chân nhịp nhàng, hít thở đều theo nhịp chạy.
- Phát triển cơ quan vận động, rèn sự khéo léo, nhanh nhẹn và bền bỉ khi luyện tập.
- Phát triển óc quan sát, tư duy so sánh, trí nhớ có chủ định.
- Giáo dục trẻ hứng thú với các vận động và tham gia chơi cùng bạn.

II. CHUẨN BỊ:

- Thang leo vừa tầm với trẻ (thang chữ V hay thang lượn...)
- Tập cho trẻ leo thang trong các giờ hoạt động ngoài trời.
- Quãng sân chạy bằng phẳng, an toàn.

III. HƯỚNG DẪN:

* Hoạt động 1:

- Cô cho trẻ di chuyển theo hiệu lệnh của cô từ đầu sân đến cuối sân, thay đổi các kiểu chân đi kết hợp với tay... sau đó chạy thành đội hình vòng tròn.

- Cô cho trẻ tập BTPTC:

- + Tay 1: 2 tay ra trước, lên cao (4 x 4)
- + Chân 2: ngồi khụy gối (4 x 4)
- + Bụng 1 : đứng quay thân sang hai bên (2 x 4)
- + Bật 3: bật tách, khép chân

→ Sau đó cô cho trẻ chạy chậm theo vòng tròn (khoảng 3, 4 vòng) rồi tập trung lại trước khu vực có đặt thang leo (đứng, hít thở từ từ để trở lại trạng thái tĩnh ...)

* Hoạt động 2:

- Cô giới thiệu cây mùa xuân có nhiều chồi non đang nhú lên (bên kia thang), giao nhiệm vụ chơi cho trẻ: phải leo qua cái thang này mới được vé vào chơi công viên.

- Cô mời trẻ lên thực hiện VĐ trèo thang, nhấn mạnh phần kỹ năng chính: "Bước liên tục lên, phối hợp tay vịn gióng thang và chân bước lên sao cho tay nọ chân kia để giữ thăng bằng. Khi bước xuống cũng vậy..."
- Gọi trẻ khác lên thực hiện, cô sửa sai, nhắc trẻ chú ý xoay người lại khi leo xuống phía bên kia.
- Tổ chức cho trẻ luyện tập:
 - + Lần 1: lần lượt từng trẻ trèo lên thang, xuống thang, sau đó đi đến thùng lấy vé.
 - + Lần 2: chia trẻ thành 2 nhóm, cho thi đua trèo lên và trèo xuống ở một bên thang, xem nhóm nào trèo nhanh và khéo nhất!

*** Hoạt động 3:**

- Cô cho mỗi trẻ tự cầm vé đi vào khu vực cô đã chuẩn bị sẵn các góc chơi và đồ chơi.
- Ở mỗi góc chơi có dán thẻ hình trên gốc cây (hay chỗ nào thích hợp), bạn nào cầm vé có số lượng chấm tròn giống với số hình dán ở góc chơi mới được vào chơi ở góc đó.
- Các góc chơi tùy cô tổ chức theo hình thức góc chơi ngồi trời hay các góc chơi theo chủ đề mùa xuân.