**THỂ DỤC: ĐI BƯỚC DỒN NGANG, BẬT NHẢY QUA VẬT CẢN.**

**1. Mục đích yêu cầu.**

**1.1. Kiến thức.**

- Trẻ nhớ tên vận động: Đi bước dồn ngang, bật nhảy qua vật cản.

- Trẻ biết cách đi bước dồn ngang, bật nhảy qua vật cản.

**1.2. Kĩ năng.**

- Rèn khả năng quan sát và phát triển thể lực cho trẻ.

- Phát triển kĩ năng khéo léo bật nhảy qua vật cản và không làm đổ vật cản.

**1.3. Thái độ.**

-Giáo dục trẻ có ý thức tập trung ,tham gia tích cực và hứng thú trong giờ học, vâng lời cô giáo

- Giáo dục trẻ sự mạnh dạn ,tự tin trong giờ học.

- Giáo dục trẻ thường xuyên luyện tập thể dục để giúp cho cơ thể khoẻ mạnh

- Giáo dục trẻ biết đoàn kết và hợp tác chơi cùng bạn trong khi chơi.

**2. Chuẩn bị.**

**\* Không gian tổ chức:** Ngoài trời.

**\* Đồ dùng:**  Túi cát, vật cản.

**\* Phương pháp:** Làm mẫu, thực hành, luyện tập.

**3. Tiến hành.**

**3.1. Ổn định.**

- Cho trẻ hát bài “Em đi chơi thuyền”.

- Trò chuyện, dẫn dắt trẻ vào bài học.

**3.2. Nội dung.**

**\* *HĐ1: Khởi động.***

- Cho trẻ xếp thành vòng tròn và khởi động theo nhạc kết hợp các kiểu đi (đi bằng gót chân, đi bằng ngón chân, đi bình thường, chạy nhanh, chạy chậm) sau đó chuyển đội hình về 3 hàng ngang.

**\* *HĐ2: Trọng động.***

**a) Bài tập phát triển chung:**

- Động tác hô hấp: Thổi bóng.

- Động tác tay vai: Đưa tay lên cao, trước, sang ngang.

- Động tác bụng lườn: Cúi gập người.

- Động tác chân: Đứng co từng chân.

- Động tác bật: Bật tách chụm chân.

**b) Vận động cơ bản:** Đi bước dồn ngang, bật nhảy qua vật cản.

**\* Cô làm mẫu :**

- Cô làm mẫu lần 1 ngắn gọn từ từ cho trẻ xem không giải thích

**-** Cô làm mẫu lần 2, cô vừa làm mẫu vừa phân tích: Đứng tự nhiên trước vạch xuất phát, 2 tay chống hông. Khi có hiệu lệnh, cô bước dồn ngang từng chân, mắt nhìn thẳng. Khi đến vật cản, cô quay người lại, dùng sức của 2 chân bật nhảy qua sao cho chân không chạm vào vật cản và xuống cuối hàng đứng.

- Cô làm mẫu lần 3, làm trọn vẹn nhấn mạnh lại chỗ khó

TCTV: Mời trẻ phát âm, nghe hiểu lại các cụm từ, câu trong các tình huống thuận lợi

**\* Trẻ thực hiện :**

- Cô gọi 2 đến 3 trẻ khá lên làm trước sau đó cho lần lượt hai trẻ một lên thực hiện cô quan sát trẻ và sửa sai tuyên dương kịp thời

- Lần lượt trẻ lên thực hiện.

- Cô chú ý sửa sai và động viên trẻ.

- Cô cho trẻ thi đua theo nhóm thi đua giữa hai trẻ với nhau sau đó nhận xét, tuyên dương trẻ.

Hỏi 1-2 trẻ lên tập củng cố lại vận động

**\* Hoạt động 4:** **Hồi tĩnh :**

- Cho trẻ đi vòng tròn hít thở nhẹ nhàng

**3.3/ Kết thúc:** Nhận xét giờ học, tuyên dương trẻ.