**Hoạt động Phát triển vận động**

**TUNG, BẮT BÓNG VỚI NGƯỜI ĐỐI DIỆN KHOẢNG CÁCH 2,5M**

**(Tiết 2)**

**Độ tuổi: Mẫu giáo nhỡ (4-5 tuổi)**

 **Người soạn: Trần Thị Thảo Sương**

**I. Mục tiêu**

- Biết *tung và bắt bóng với người đối diện khoảng cách xa 2.5m.*

*+* Biết ích lợi của vitamin với cơ thể bé.

- Phát triển khả năng chú ý, phối hợp tay mắt nhịp nhàng, khả năng định hướng.

-Tích cực tham gia hoạt động cùng cô và bạn, biết chờ đến lượt.

**II. Chuẩn bị**

- Cô:  Nhạc bài hát "quả", " nắng sớm", nhạc hồi tĩnh, nơ thể dục

- Trẻ: Nơ thể dục

**III.Tiến trình hoạt động**

**1. Khởi động**

**-** Trẻ đi vòng tròn kết hợp các kiểu đi theo nhạc (theo hiệu lệnh). Sau đó xếp thành 3 hàng ngang và tập bài phát triển chung theo bài hát "quả".

+ Các con vừa vận động theo bài hát gì?

+ Các loại quả thuộc nhóm dinh dưỡng nào?

+ Vì sao phải bổ sung đầy đủ vitamin cho cơ thể?

+ Giáo dục trẻ ích lợi của vitamin giúp cơ thể khỏe mạnh, da dẻ hồng hào.

**2.Trọng động**

**a.Bài tập phát triển chung tập theo bài hát " nắng sớm"**

   + Động tác tay : Đưa 2 tay lên cao, ra phía trước, sang 2 bên  (4 lần 8 nhip).

   + Động tác bụng: Hai tay giang ngang, nghiêng người sang 2 bên  (2 lần 8 nhịp).

   + Động tá chân 4: Đứng thẳng, hai tay để sau gáy, nhún chân, khụy gối (2 lần 8 nhịp)

**b. Vận động cơ bản**

- Cô cầm bóng trên tay, hỏi trẻ thực hiện vận động gì?

+ Cô nhắc lại vận động "***Tung và bắt bóng với người đối diện***"

- Cho trẻ nhắc lại kĩ năng tung và bắt bóng, mời 1 trẻ thực hiện cùng cô.

- Thực hiện: 2 trẻ thực hiện lần lượt cho đến hết lớp.

    + 4 trẻ thực hiện vận động

    + Nhóm thực hiện vận động

    + Cá nhân thực hiện vận động (Tăng số lần cho trẻ nặng cân và nhút nhát thực hiện nhiều hơn)

- Khi trẻ thực hiện, cô quan sát, động viên, khuyến khích trẻ tung bóng và sửa sai kịp thời cho trẻ.

**c. Trò chơi: Cáo và thỏ**

**-** Cho trẻ nhắc lai cách chơi.

- Trẻ chơi 2- 3 lần, nhận xét trò chơi

**3.Hồi tĩnh:** Trẻ đi 1 vòng theo nhạc nhẹ nhàng và hít thở sâu.