



MỤC TIÊU VÀ NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH **GYMKID@SCHOOL**

Tháng 10/2020

Lứa tuổi Gym Tots (3-4 tuổi)



TRUNG TÂM GIÁO DỤC PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT GYMKID

Địa chỉ: Tầng 2 Tòa 2A Vinaconex 7, 136 Hồ Tùng Mậu, Phúc Diễn, Bắc Từ Liêm, Hà Nội

Điện thoại: 0983. 683. 486 - Email: contact@gymkid.edu.vn - Website: gymkid.edu.vn

MỤC TIÊU VÀ NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

GYMKID@SCHOOL

THÁNG 10/2020

Lứa tuổi: Gym Tots (3-4 tuổi)

**MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 10/2020****CHỦ ĐỀ “MY BODY - I AM COURAGEOUS”**

Lứa tuổi	BODY Phát triển thể chất	MIND Phát triển trí tuệ và ngôn ngữ	CHARACTER Phát triển nhân cách	Chi chú
Gym Tots (3-4 tuổi)	❖ Tự co gối treo người trên xà và giữ được 3-5 giây. ❖ Tự tin đi thẳng bằng trên 2 sườn thang. ❖ Có thể tự tung-bắt bóng chính xác bằng 2 tay và tung-bắt cùng giáo viên. ❖ Làm quen kỹ thuật đổ ngã về phía trước trên đệm xốp. ❖ Thuần thực kỹ năng bò tiến trên ván kép kết hợp chui qua hầm. ❖ Có thể bật nhảy liên tiếp qua 2 ván kép. ❖ Có thể cầm nắm và đưa đũa chính xác qua các mục tiêu nhỏ như lỗ trên bảng tiêu, khối hỗ trợ... Can hold insert the stick through the small target	❖ Hiểu rõ, hát theo kết hợp chỉ đúng bộ phận cơ thể và thực hiện đúng động tác trong bài hát vận động theo từ khoá Tiếng Anh: ➢ Bài “Top of the morning”: Blink eyes, Wiggle nose, Nod head, Touch toes, Swing arms, Bend knees. ➢ Bài hát “Shake about”: Head, Shoulders, Hands, Bottom.	❖ Dũng cảm vượt qua nỗi sợ độ cao khi tự treo người trên xà. ❖ Dũng cảm thực hiện bài tập đổ ngã về phía trước trên đệm xốp.	

**NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH THÁNG 10/2020****LƯA TUỔI GYM TOTS (3-4 TUỔI)**

Giáo án	Nội dung chính	Kết quả mong đợi	Ghi chú
Tuần 01-02	Khởi động: ❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Bộ phận cơ thể” bằng tiếng Anh. ❖ Bài hát khởi động: Top of the morning.	❖ Hiểu rõ, hát theo kết hợp chỉ đúng bộ phận cơ thể và thực hiện đúng động tác theo cụm từ Tiếng Anh trong bài hát vận động “Top of the morning”: Blink eyes, Wiggle nose, Nod head, Touch toes, Swing arms, Bend knees.	
	Trọng động: ❖ Đu xà đơn co gối ❖ Thăng bằng trên 2 sườn thang ngắn. ❖ Tung và bắt bóng cao su.	❖ Tự co gối treo người trên xà và giữ được 3-5 giây. ❖ Tự tin đi thăng bằng trên 2 sườn thang. ❖ Có thể tự tung-bắt bóng chính xác bằng 2 tay và tung-bắt cùng giáo viên.	
	Hồi tĩnh: ❖ Yoga: Tư thế Meditation. ❖ Kid massage: Massage lưng theo hàng dọc.	❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao. ❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	
Tuần 03-04	Khởi động: ❖ Giáo viên trò chuyện với trẻ về chủ đề “Bộ phận cơ thể” bằng tiếng Anh. ❖ Bài hát khởi động: Shake about.	❖ Hiểu rõ, hát theo kết hợp chỉ đúng bộ phận cơ thể và thực hiện đúng động tác theo cụm từ Tiếng Anh trong bài hát vận động “Shake about”: Head, Shoulders, Hands, Bottom.	
	Trọng động: ❖ Đổ ngã về phía trước trên đệm xốp. ❖ Bò tiến trên ván kép kết hợp chui qua hầm không gian. ❖ Bật nhảy liên tiếp qua 2 ván kép. ❖ Đưa đĩa thần kỳ vào mục tiêu mức 1.	❖ Làm quen kỹ thuật đổ ngã về phía trước trên đệm xốp. ❖ Thuần thực kỹ năng bò tiến trên ván kép kết hợp chui qua hầm. ❖ Có thể bật nhảy liên tiếp qua 2 ván kép. ❖ Có thể cầm nắm và đưa đĩa chính xác qua các mục tiêu nhỏ như lỗ trên bảng tiêu, khối hỗ trợ...	
	Hồi tĩnh: ❖ Yoga: Tư thế Meditation. ❖ Kid massage: Massage lưng theo hàng dọc.	❖ Thư giãn cơ thể sau thời gian vận động với cường độ cao. ❖ Tăng hứng thú và tình yêu thương, gắn bó với thầy cô.	