

# CHỦ ĐỀ: BẢN THÂN

Thực hiện: 4 tuần (từ ngày 30/9/2024 đến 13/10/2023)

## I. MỤC TIÊU

### 1. Phát triển thể chất

#### \* Vận động

- Trẻ thực hiện đủ các động tác trong bài thể dục theo hướng dẫn. (MT1)
- Đi/ chạy thay đổi tốc độ theo hiệu lệnh. (MT4)
- Phát triển sự phối hợp vận động của các bộ phận trên cơ thể, phát triển sự phối hợp vận động của các giác quan: tay, mắt...
- Biết một số kỹ năng sử dụng đồ dùng trong sinh hoạt như đánh răng, rửa mặt, xúc cơm, cài nút áo.

#### \* Giáo dục dinh dưỡng

- Có khả năng tự phục vụ bản thân và biết tự lực trong vệ sinh cá nhân và sử dụng một số đồ dùng trong sinh hoạt hằng ngày.
- Biết ích lợi của 4 nhóm thực phẩm và việc ăn uống đủ chất, giữ gìn vệ sinh đối với sức khỏe của bản thân.
- Biết đề nghị người lớn giúp đỡ khi bị khó khăn, mệt, ốm đau.
- Nhận biết và biết tránh một số vật dụng, nơi nguy hiểm đối với bản thân.
- Biết giữ gìn thân thể, tay, chân, răng, miệng, quần áo sạch sẽ.
- Biết tự chăm sóc sức khỏe của bản thân và chăm sóc các bộ phận cơ thể, các giác quan và sức khỏe cho bản thân.
- Trẻ nói đúng tên một số thực phẩm quen thuộc khi nhìn vật thật hoặc tranh ảnh (thịt, cá, trứng, sữa, rau,..) (MT17)

### 2. Phát triển nhận thức

- Trẻ sử dụng các giác quan để xem xét tìm hiểu đối tượng: nhìn, nghe, sờ, ngửi,.. để nhận ra đặc điểm nổi bật của đối tượng. (MT34)
- Trẻ sử dụng lời nói và hành động để chỉ vị trí của đối tượng trong không gian so với với bản thân. (MT49)
- Trẻ nói được tên, tuổi, giới tính của bản thân khi được hỏi, trò chuyện (MT50)
- Trẻ nhận ra cơ thể mình có những bộ phận nào, để làm gì, cách bảo vệ và chăm sóc chúng.
- Nhận ra được bản thân qua đặc điểm bên ngoài của cơ thể: Màu da, tóc, gầy, béo, cao, thấp... ý thích cá nhân.
- Trò chuyện về đặc điểm của bé.
- Nhận biết các nhóm thực phẩm và lợi ích đối với cơ thể.
- Tìm hiểu: Trên mặt bé có gì?

### 3. Phát triển ngôn ngữ

- Trẻ thực hiện được yêu cầu đơn giản, ví dụ “Cháu hãy lấy quả bóng ném vào rổ” (MT57)
- Trẻ lắng nghe và trả lời được câu hỏi của người đối thoại (MT59)
- Sử dụng các từ ngữ để giới thiệu về bản thân của mình.
- Đọc thuộc bài thơ, ca dao, đồng dao.

- Nói đủ nghe, không nói lí nhí.
- Trẻ sử dụng các từ chỉ tên các bộ phận, các giác quan của cơ thể. Có khả năng diễn đạt để giới thiệu về bản thân và nói về những sở thích hứng thú của mình
- Đọc các từ khó có ở trong bài thơ, câu truyện.
- Trẻ nói lên những suy nghĩ của bản thân, những điều mà trẻ quan sát, nhận xét được trong giao tiếp.

#### **4. Phát triển tình cảm – kĩ năng xã hội**

- Trẻ nói được tên, tuổi, giới tính của bản thân (MT72)
- Trẻ nói được điều bé thích, không thích (MT73)
- Trẻ giao tiếp với bạn bè và người lớn.
- Nhận ra được mối quan hệ của bản thân và các bạn trong lớp.
- Mạnh dạn tham gia vào các hoạt động, mạnh dạn khi trả lời câu hỏi.
- Cố gắng thực hiện công việc đơn giản được giao. Chào hỏi khi có khách đến lớp.
- Thể hiện tình cảm điệu bộ khi múa.
- Biết chấp nhận và thực hiện một số quy định nề nếp trong trường lớp và gia đình.
- Nhận ra cảm xúc: vui, buồn, sợ hãi, tức giận qua nét mặt, giọng nói, qua tranh ảnh.
- Biết biểu lộ cảm xúc: vui, buồn, sợ hãi, tức giận.

#### **5. Phát triển thẩm mỹ**

- Trẻ hát tự nhiên và vận động theo nhịp điệu bài hát quen thuộc. (MT89)
- Trẻ vận động theo nhịp điệu bài hát, bản nhạc (vỗ tay theo phách, nhịp, vận động minh họa) (MT90)
- Trẻ cảm nhận được vẻ đẹp của bạn trai bạn gái trong lớp để tô màu đồ chơi tặng bạn, áo quần, mũ của bạn.
- Hát to rõ đúng lời bài hát.
- Yêu thích hào hứng tham gia vào các hoạt động nghệ thuật như vẽ, nặn, ca hát, vận động theo bài hát.
- Biết thể hiện cảm xúc, cái đẹp qua tranh vẽ, bài hát.

## **II. NỘI DUNG**

### **1. Bé là ai?**

- Hô hấp : hít vào, thở ra.
- Tay:
  - + Đưa hai tay lên cao, ra phía trước, sang hai bên.
  - + Co và duỗi tay, bắt chéo 2 tay trước ngực.
- Lưng, bụng, lườn:
  - + Cúi về phía trước.
  - + Quay sang trái, sang phải .
  - + Nghiêng người sang trái, sang phải.
- Chân:
  - + Bước lên phía trước, bước sang ngang, ngồi xổm đứng lên, bật tại chỗ.
  - + Co duỗi chân

- Tên, tuổi, giới tính của bản thân.
- Trẻ có thể phân biệt được với các bạn qua một số đặc điểm cá nhân: Họ, tên, ngày sinh, giới tính.
- Trẻ nhận ra khác với các bạn về đặc điểm bên ngoài, khả năng trong các hoạt động và sở thích riêng.

- Sử dụng các từ để giới thiệu bản thân.

## **2. Cơ thể tôi**

- Đi, chạy thay đổi tốc độ, theo hiệu lệnh, đi chạy thay đổi hướng theo đường đích dắc.

- Những điều bé thích và không thích

- Nhận biết phía trên - phía dưới, phía trước – phía sau, tay phải – tay trái–của bản thân.

- Biết được tên gọi và chức năng của một số bộ phận trên cơ thể.

- Đặc điểm các bộ phận: Đầu, mình, tay và chân,...Cách rèn luyện và chăm sóc cơ thể khỏe mạnh.

## **3. Bé cần gì để lớn lên và khỏe mạnh**

- Nhận biết một số thực phẩm và món ăn quen thuộc.

- Nghe hiểu nội dung các câu đơn giản

- Hát đúng giai điệu lời ca bài hát

- **Cháu vệ sinh chăm sóc sức khỏe và rèn luyện các kỹ năng tự vệ sinh thân thể, đồ dùng cá nhân.**

- **Các hoạt động vui chơi và đồ dùng đồ chơi luôn an toàn và hợp vệ sinh.**

- **Trẻ nhận ra tên gọi và ít lợi của 4 nhóm thực phẩm.**

- **Diễn đạt tốt hiểu biết của mình về nhu cầu của cơ thể đối với 4 nhóm thực phẩm đó.**

## **4. Các giác quan của cơ thể**

- Chức năng của các giác quan và một số bộ phận khác của cơ thể.

- Hiểu và làm theo yêu cầu đơn giản.

- Vận động đơn giản theo nhịp điệu của các bài hát, bản nhạc

- Nhận biết các giác quan trên cơ thể

- Nhận ra tên và ích lợi của các giác quan đó.

- Biết bảo vệ, chăm sóc các bộ phận và giác quan của cơ thể.

## **III. HOẠT ĐỘNG**

### **1. Lĩnh vực phát triển thể chất**

- Thực hiện các bài tập phát triển chung.

- + Hô hấp: Thổi nơ bay, gà gáy.

- + Tay vai: Hai tay đưa lên cao, ra phía trước, sang ngang ; Đưa tay ra phía trước lên trên; Xoay bả vai.

- + Bụng lườn: Đứng quay người sang 2 bên, Đứng quay người sang ngang, Ngồi duỗi chân cuối gập người về trước. Đứng cúi người về phía trước, 2 tay chạm mũi bàn chân.

- + Chân: Đứng , khụy gối (tay đưa cao ra trước), bật tại chỗ, đứng đưa 1 chân ra trước, bật tách khép chân.

- Vận động cơ bản

- + Đi thay đổi tốc độ theo hiệu lệnh.

- + Đi thay đổi hướng theo đường đích dắc.
- + Chạy thay đổi hướng theo đường đích dắc.
- + Bò theo đường đích dắc
- Hoạt động ngoài trời – các trò chơi:
- + Quan sát: bạn trai, bạn gái, trang phục của bé trai, trang phục của bé gái, đèn trung thu, cánh tay của bé, đôi chân của bé, gương mặt bé, bàn tay của bé, bàn chân của bé, bầu trời, tranh thị giác và thính giác, tranh khướu giác và vị giác, xúc giác, tranh “Bé tặng hoa cho mẹ 20-10”.
- + Trò chuyện: Nhóm thực phẩm bột đường, nhóm thực phẩm chất đạm, nhóm thực phẩm vitamin, nước đối với cơ thể, các giác quan trên cơ thể.
- + Trò chơi: Đổi chỗ, soi gương, kéo co, kéo cưa lừa xẻ, chi chi chành chành, mèo đuổi chuột, nu na nu nông, thả đĩa ba ba, dung dăng dung dẻ, chuyền chanh, chuyền tin, cá sấu lên bờ, hái hoa, chuyền bóng qua đầu, lộn cầu vòng.

## **2. Lĩnh vực phát triển nhận thức.**

- Đón trẻ trò chuyện:
- + Trò chuyện về bản thân trẻ
- + Trò chuyện kể tên một số bộ phận trên cơ thể
- + Trò chuyện về một số loại thực phẩm chứa nhiều chất dinh dưỡng
- + Trò chuyện về các giác quan trên cơ thể bé.
- Hoạt động ngoài trời
- + Đi dạo quan sát: bạn trai, bạn gái, trang phục của bé trai, trang phục của bé gái, đèn trung thu, cánh tay của bé, đôi chân của bé, gương mặt bé, bàn tay của bé, bàn chân của bé, bầu trời, tranh thị giác và thính giác, tranh khướu giác và vị giác, xúc giác, tranh “Bé tặng hoa cho mẹ 20-10”.
- Trò chuyện về đặc điểm của bé.
- Tìm hiểu: Trên mặt bé có gì?
- Nhận biết phía trên – phía dưới, phía trước – phía sau, tay phải – tay trái của bản thân.
- Nhận biết các nhóm thực phẩm và lợi ích đối với cơ thể.
- Nhận biết phía trên- phía dưới, phía trước-phía sau của bản thân bé.
- Nhận biết về giác quan thị giác và vị giác.

## **3. Lĩnh vực phát triển ngôn ngữ.**

- Đọc thơ “ **Lời chào** ”, “**Đôi mắt của em**”, “Bé ơi”, “Cái lưỡi”, “Tâm sự của cái mũi”.
- Truyện: “**Lợn con sạch lắm rồi**”, “Cậu bé mũi dài”.
- Hoạt động vui chơi: Thư viện : xem sách tuyển về bản thân, các giác quan trên cơ thể của bé.

## **4. Lĩnh vực phát triển tình cảm- kĩ năng xã hội.**

- Truyện: “Đôi dép”, “Gấu con đau răng”
- Hát: Đêm trung thu, tay thơm tay ngoan
- Thể hiện cảm xúc: vui buồn, sợ hãi, tức giận.
- Biểu diễn văn nghệ.
- Hoạt động vui chơi:
- + Phân vai: nhân viên cửa hàng thực phẩm, phục vụ nhà hàng

phòng khám nha khoa, nhân viên bán quần áo.

+ Xây dựng: xây nhà cho bé, xây công viên, khu vui chơi, cửa hàng thực phẩm, nhà hàng.

+ Thiên nhiên: trồng cây, chăm sóc cây

- Hoạt động nêu gương:

+ Nêu gương cuối ngày

+ Nêu gương cuối tuần.

### **5. Lĩnh vực phát triển thẩm mỹ.**

- Tạo hình: Tô màu bé gái, bé trai; vẽ và tô màu viên bàn tay trái, tô màu đôi mắt của bé.

- Âm nhạc:

+ Hát: Mời bạn ăn, bé tập đánh răng, tay thơm tay ngoan, múa cho mẹ xem, cái mũi.

+ Trò chơi: Ai đoán giỏi, bao nhiêu bạn hát, nghe tiếng hát tìm đồ vật.

- Hoạt động vui chơi:

+ Tạo hình: vẽ, nặn, cắt dán trang trí trang phục, giày dép, nón..

+ Âm nhạc: hát múa các bài hát chủ đề Bản thân

## **IV. CHUẨN BỊ**

### **\* Chuẩn bị cho cô:**

- Bảng chủ đề Bản thân + Tết trung thu

- Một số bài thơ truyện, câu đố, đồng dao trong chủ đề

- Tranh ảnh chủ đề chủ đề Bản thân, tết trung thu, lô tô về các đồ dùng của bản thân.

- Vòng màu, túi cát, bông thê dục, túi cát cho trẻ tập thê dục.

- Đồ chơi để chơi với nước như chơi đong nước, một số vật nổi hoặc chìm trong nước, bình tưới cây, rổ nhựa, phiều...

- Giấy khổ to hoặc bìa lịch, báo cũ, keo, kéo, bút chì, màu sáp, đất nặn, bảng con, giấy màu, giấy vẽ.

- Hình ảnh minh họa bài thơ “Đôi mắt của em”, “Lời chào”

- Tranh minh họa truyện: “Lợn con sạch lắm rồi”, “Gấu con bị đau răng”

- Hạt hạt các loại và đảm bảo an toàn.

### **\* Chuẩn bị cho trẻ**

- Nguyên vật liệu cho trẻ làm như: giấy a4, giấy màu, giấy báo, màu, hồ dán, kéo, đất nặn, xốp bitis.

- Trẻ thuộc một số bài hát, bài thơ trong chủ đề.

- Đọc diễn to rõ bài thơ, vẽ tô, nắm được luật chơi cách chơi một số trò chơi vận động.

- Các loại khối cơ bản, gạch lắp ghép,.

- 1 số tranh rỗng về chủ đề chủ đề Bản thân + Tết trung thu.

### **\* Phối hợp với cha mẹ trẻ**

- Vận động cha mẹ trẻ hỗ trợ các nguyên vật liệu như: các hộp sữa, chai nước khoáng, lịch cũ, vỏ chai dầu gội đầu.

- Hình ảnh của trẻ.

- Các loại sách, báo tạp chí cũ.

