

LỰA CHỌN TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG PHÁT TRIỂN THỂ LỰC VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CHO TRẺ MẦM NON TẠI TRƯỜNG MẦM NON HOA ĐÀO, QUẬN 12, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

SELECTION OF PHYSICAL ACTIVITIES TO DEVELOP PHYSICAL FITNESS AND MOTOR SKILLS FOR PRESCHOOL CHILDREN AT HOA DAO KINDERGARTEN, DISTRICT 12, HO CHI MINH CITY

TÓM TẮT: Bài báo nghiên cứu việc lựa chọn các trò chơi vận động nhằm phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non tại Trường Mầm non Hoa Đào, Quận 12, TP. Hồ Chí Minh. Dựa trên phân tích tài liệu và phỏng vấn nghiên cứu đã xác định 12 trò chơi phù hợp, đáp ứng các tiêu chí khoa học, khả thi và phù hợp với tâm sinh lý trẻ bao gồm: Các trò chơi như Đèn tín hiệu giao thông, Vượt chướng ngại vật, Thi đấu bóng rổ, Chạy tiếp sức, và Nhảy bao bố. Kết quả nghiên cứu cung cấp cơ sở cho việc xây dựng chương trình giáo dục thể chất tại các trường mầm non, đồng thời khẳng định vai trò của các trò chơi vận động trong việc nâng cao sức khỏe và phát triển toàn diện cho trẻ.

TỪ KHÓA: Trò chơi vận động, thể lực, kỹ năng vận động, giáo dục mầm non.

ABSTRACT: This study examines the selection of physical activity games to develop physical fitness and motor skills for preschool children at Hoa Dao Kindergarten, District 12, Ho Chi Minh City. Based on document analysis and interviews, the study identified 12 suitable games that meet scientific, practical, and child-friendly criteria. These include games such as Traffic Light Signals, Obstacle Course, Basketball Competition, Relay Race, and Sack Race. The findings provide a foundation for designing physical education programs in kindergartens and affirm the significant role of physical activity games in improving children's health and fostering their holistic development.

KEYWORDS: Physical activity games, physical fitness, motor skills, preschool education.

NGUYỄN PHẠM THANH NHÀN
NGUYỄN KẾ BÌNH
Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

NGUYEN PHAM THANH NHAN
NGUYEN KE BINH
Ho Chi Minh city university of Physical Educations and Sport

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non là một trong những nhiệm vụ cốt lõi của giáo dục thể chất tại các trường mầm non, đóng vai trò quan trọng trong việc xây dựng nền tảng sức khỏe và sự phát triển toàn diện cho trẻ em. Giai đoạn mầm non là thời kỳ vàng để trẻ hình thành các thói quen vận động tích cực, phát triển các tố chất thể lực như sức bền, sự nhanh nhẹn, linh hoạt

và rèn luyện các kỹ năng vận động cơ bản. Đồng thời, việc tham gia vào các hoạt động vận động còn góp phần phát triển khả năng tư duy, kỹ năng giao tiếp và thúc đẩy sự tự tin ở trẻ. Trong đó, các trò chơi vận động được xem là một phương pháp giáo dục hiệu quả, kết hợp hài hòa giữa học và chơi, tạo ra môi trường vận động vừa hấp dẫn vừa phù hợp với lứa tuổi mầm non. Tuy nhiên, thực tế tại nhiều trường mầm



non hiện nay cho thấy, việc lựa chọn và áp dụng các trò chơi vận động còn gặp nhiều hạn chế. Các trò chơi được sử dụng đôi khi thiếu tính khoa học, chưa phù hợp với đặc điểm phát triển tâm sinh lý của trẻ, hoặc chưa thực sự phát huy được tối đa hiệu quả trong việc phát triển thể lực và kỹ năng vận động.

Tại Trường Mầm non Hoa Đào, Quận 12, Thành phố Hồ Chí Minh, nhu cầu nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho trẻ cũng đặt ra yêu cầu cấp thiết trong việc xây dựng và lựa chọn các trò chơi vận động phù hợp, hiệu quả và mang tính giáo dục cao. Việc xác định các trò chơi vận động không chỉ cần dựa trên cơ sở lý luận vững chắc mà còn phải phù hợp với điều kiện thực tiễn của nhà trường, bao gồm cơ sở vật chất, thời gian, và đặc điểm của trẻ em tại địa phương. Xuất phát từ thực tiễn đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm lựa chọn các trò chơi vận động phù hợp để phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non tại Trường Mầm non Hoa Đào. Nghiên cứu không chỉ cung cấp cơ sở khoa học và thực tiễn cho việc xây dựng chương trình giáo dục thể chất tại trường mà còn góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục vận động trong các trường mầm non khác, từ đó thúc đẩy sự phát triển toàn diện cho trẻ mầm non trong hệ thống giáo dục hiện đại.

Phương pháp nghiên cứu: Phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp phỏng vấn và phương pháp toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu: Khách thể phỏng vấn: 70 huấn luyện viên, giáo viên mầm non và các giảng viên đang hoạt động GDTC tại Thành phố Hồ Chí Minh

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Kết quả lựa chọn trò chơi vận động phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non tại Trường Mầm non Hoa Đào, quận 12, Thành phố Hồ Chí Minh

Từ kết quả tổng hợp tài liệu, nghiên cứu đã lựa chọn sơ bộ được 40 trò chơi vận động thường được sử dụng phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non. Nghiên cứu tiến hành lập phiếu phỏng vấn và gửi đến các khách thể phỏng vấn để đánh giá lựa chọn các trò chơi vận động phù hợp nhằm phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non Trường Mầm non Hoa Đào, quận 12, Thành phố Hồ Chí Minh.

Thang đo dùng để đánh giá các trò chơi vận động là thang đo Likert 5 mức độ với quy ước như sau: 1: Rất không đồng ý, 2: Không đồng ý, 3: Bình thường, 4: Đồng ý, 5: Rất đồng ý.

Từ kết quả phỏng vấn tại bảng 1 cho thấy có 12 trò chơi được chọn đều có tỷ lệ % đạt trên 70% từ ý kiến của giáo viên và huấn luyện viên như sau:

- Đền tín hiệu giao thông
- Vượt chướng ngại vật (VVĐ)
- Thi đấu bóng rổ
- Chạy tiếp sức chia đội
- Câu mực
- Kiến tha mối
- Chú sấu ngộ nghĩnh

- Vòng tròn âm nhạc
- Ai nhanh hơn
- Cá sấu lên bờ
- Thi đấu bóng đá
- Nhảy bao bố

Các trò chơi trên đều có tính vận động cao, giúp trẻ phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần. Việc chọn các trò chơi này dựa trên sự đồng thuận của giáo viên và huấn luyện viên là minh chứng cho tính phù hợp và độ tin cậy trong quá trình phát triển kỹ năng cho trẻ mầm non. Các trò chơi không chỉ mang lại niềm vui mà còn giúp trẻ học cách hợp tác, thi đua lành mạnh và phát triển các kỹ năng cần thiết cho giai đoạn phát triển đầu đời.

2.2. Mục đích, ý nghĩa và cách thực hiện các trò chơi

❖ Đền tín hiệu giao thông

- Chuẩn bị: Chuẩn bị một bộ đèn giao thông mini làm bằng hộp giấy sơn màu đỏ, vàng và xanh lá hoặc chấm tròn, bàn tay có màu tương ứng. Giải thích cho trẻ biết ý nghĩa của từng màu sắc và biểu tượng trên đèn giao thông. Chia trẻ thành nhóm và chỉ định vai trò cho mỗi đứa.

- Cách chơi: Cho các em lần lượt đóng vai lái xe (xe máy, ô tô...) và người đi bộ. Khi đèn tín hiệu chuyển sang màu đỏ người tham gia giao thông phải dừng lại; khi đèn xanh, người tham gia giao thông được đi tiếp.

❖ Vượt chướng ngại vật (Vòng vận động)

- Chuẩn bị: Chuẩn bị VĐV 2 đầu: 2 vạch xuất phát, cones, gôn bóng đá úc, bóng đá úc, sports marker, cầu thăng bằng,

BẢNG 1: THỐNG KÊ KẾT QUẢ LỰA CHỌN CÁC TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG NHẪM PHÁT TRIỂN THỂ LỰC VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CHO TRẺ MẦM NON TẠI TRƯỜNG MẦM NON HOA ĐÀO, QUẬN 12, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

STT	TÊN TRÒ CHƠI	(n= 70)										TỔNG ĐIỂM	PHẦN TRĂM (%)
		RẤT ĐỒNG Ý		ĐỒNG Ý		BÌNH THƯỜNG		KHÔNG ĐỒNG Ý		RẤT KHÔNG ĐỒNG Ý			
		Số phiếu	Tỷ lệ %	Số phiếu	Tỷ lệ %	Số phiếu	Tỷ lệ %	Số phiếu	Tỷ lệ %	Số phiếu	Tỷ lệ %		
1	Đèn tín hiệu giao thông	56	80	13	18.6	1	1.4	0	0	0	0	335	95,7
2	Mèo đuổi chuột	6	8.6	11	15.7	22	31.4	16	22.9	15	21.4	187	53,4
3	Vượt chướng ngại vật (VVĐ)	45	64.3	20	28.6	4	5.7	1	1.4	0	0	319	91,1
4	Bò khăn	14	20	13	18.6	25	35.7	14	20	4	5.7	229	65,4
5	Rồng rắn lên mây	5	7.1	7	10	17	24.3	32	45.7	9	12.9	177	50,6
6	Kéo co	45	64.3	20	28.6	4	5.7	1	1.4	0	0	319	91,1
7	Bịt mắt bắt dê	3	4.3	8	11.4	17	24.3	31	44.3	11	15.7	171	48,9
8	Thi đấu bóng rổ	43	61.4	24	34.3	2	2.9	0	0	1	1.4	318	90,9
9	Thi đấu bóng bầu dục	7	10	6	8.6	10	14.3	36	51.4	11	15.7	172	49,1
10	Trồng nấm	1	1.4	6	8.7	20	29	34	49.3	8	11.6	165	47,1
11	Ngài thò	0	0	11	15.7	22	31.4	27	38.6	10	14.3	174	49,7
12	Chạy tiếp sức chia đội	37	52.9	24	34.3	4	5.7	4	5.7	1	1.4	302	86,3
13	Trời nắng trời mưa	2	2.9	3	4.3	22	31.9	31	44.9	12	17.4	162	46,3
14	Chim sổ lồng	2	2.9	6	8.6	24	34.3	30	42.9	8	11.4	174	49,7
15	Câu mực	31	44.3	14	20	12	17.1	11	15.7	2	2.9	271	77,4
16	Kết bạn	2	2.9	8	11.4	11	15.7	27	38.6	22	31.4	151	43,1
17	Kiến tha mồi	55	78.6	14	20	1	1.4	0	0	0	0	334	95,4
18	Cướp cờ	4	5.7	25	35.7	16	22.9	13	18.6	12	17.1	206	58,9
19	Chuyên bóng qua đầu	3	4.3	11	15.7	23	32.9	23	32.9	10	14.3	184	52,6
20	Đấu vật	2	2.9	12	17.1	12	17.1	30	42.9	14	20	168	48,0
21	Chú sấu ngộ nghĩnh	27	38.6	9	12.9	12	17.1	20	28.6	2	2.9	249	71,1
22	Chi chi Chành chành	2	2.9	1	1.4	17	24.3	15	21.4	35	50	130	37,1
23	Di chuyển thành hàng	2	2.9	5	7.1	10	14.3	31	44.3	22	31.4	144	41,1
24	Vòng tròn âm nhạc	30	42.9	13	18.6	24	34.3	2	2.9	1	1.4	279	79,7
25	Gió thổi	0	0	8	11.4	12	17.1	27	38.6	23	32.9	145	41,4
26	Tôi bảo	1	1.4	8	11.4	17	24.3	19	27.1	25	35.7	151	43,1
27	Ai nhanh hơn	44	63.8	18	26.1	5	7.2	1	1.4	1	1.4	310	88,6
28	Cáo và thỏ	0	0	6	8.6	17	24.3	29	41.4	18	25.7	151	43,1
29	Chuyên nước tiếp sức	1	1.4	12	17.1	18	25.7	26	37.1	13	18.6	172	49,1
30	Cá sấu lên bờ	31	44.3	14	20	12	17.1	11	15.7	2	2.9	271	77,4
31	Bắt chước tạo dáng	3	4.3	7	10	15	21.4	27	38.6	18	25.7	160	45,7
32	Tàu hỏa	2	2.9	5	7.1	20	28.6	32	45.7	11	15.7	165	47,1
33	Nhảy lò cò	2	2.9	26	37.1	19	27.1	15	21.4	8	11.4	209	59,7
34	Thi đấu bóng đá	36	51.4	30	42.9	3	4.3	0	0	1	1.4	310	88,6
35	Sờ tay đoán vật	3	4.3	6	8.6	14	20	36	51.4	11	15.7	164	46,9
36	Chanh – chua – cua – kẹp	1	1.4	6	8.6	8	11.4	31	44.3	24	34.3	139	39,7
37	Đặc công phá mìn	1	1.4	10	14.3	24	34.3	14	20	21	30	166	47,4
38	Đoán vật	0	0	5	7.1	13	18.6	31	44.3	21	30	142	40,6
39	Nhảy bao bố	44	63.8	18	26.1	5	7.2	1	1.4	1	1.4	310	88,6
40	Vua phá lưới	1	1.4	24	34.3	17	24.3	15	21.4	13	18.6	195	55,7



rào, vòng. **Đội hình:** Chia lớp thành 2 hàng ngang (dọc) đứng đối diện nhau

- **Cách chơi:** Hàng 1 sẽ thực hiện các kỹ năng bắt bóng nâng cao, chạy tiến lùi V, đi né cones rồi về cuối hàng 2 đứng. Hàng 2 thực hiện các kỹ năng đi cầu thăng bằng, chạy chuyển hướng hi-five rào, đi ngang cua rồi về cuối hàng 1 đứng. Thực hiện lần lượt khi 2 hàng kết thúc ở vị trí ban đầu.

❖ **Thi đấu bóng rổ**

- **Chuẩn bị:** Sân chơi hoặc khu vực rộng rãi, không gian phù hợp với chiều cao của trẻ mầm non. Sử dụng cột rổ có chiều cao thấp. Quả bóng nhỏ và nhẹ, vừa tay để trẻ dễ dàng cầm ném và di chuyển.

- **Cách chơi:** Chia trẻ thành hai đội, mỗi đội sẽ cố gắng ném bóng vào rổ của đối phương trong một thời gian quy định, lần lượt chuyền bóng và ném bóng vào rổ. Hướng dẫn luật thi đấu cho bé, truyền đạt cách chuyển cho đồng đội, biết di chuyển rộng xung quanh, không dồn cục trong sân. Mỗi khi ném bóng thành công sẽ ghi điểm cho đội của mình. Khi thời gian thi đấu kết thúc, đội nào ghi được nhiều điểm hơn sẽ giành chiến thắng. Cả hai đội sẽ được khen thưởng và động viên dù thắng hay thua, nhấn mạnh tinh thần thể thao và đồng đội.

- **Nói rõ vai trò của từng đội**

+ **Tấn công:** Chuyền bóng và ném rổ.

+ **Phòng thủ:** Dang tay sang ngang truy cản, 1 bé chắn rổ, cướp bóng và phản công.

❖ **Chạy tiếp sức chia đội**

- **Chuẩn bị:** Chọn sân chơi

hoặc khu vực ngoài trời thoáng mát và rộng rãi. Chuẩn bị gậy tiếp sức hoặc bất kỳ vật dụng nào có thể dùng làm gậy (như khăn, que ngấn, chai nhựa nhỏ). Chia trẻ thành các đội, mỗi đội từ 4-5 trẻ, tùy theo số lượng lớp học.

- **Cách chơi:** Các đội đứng thành hàng, khi có hiệu lệnh bắt đầu, người đầu tiên của mỗi đội sẽ chạy từ vạch xuất phát đến cột mốc (cones) rồi chạy về hàng trao gậy, trẻ tiếp theo nhận gậy và tiếp tục chạy cho đến khi tất cả thành viên trong đội hoàn thành phần của mình. Trẻ nào làm rơi gậy phải nhặt lên và trao cho đồng đội, không được bỏ qua giai đoạn này. Mỗi trẻ cần chờ đồng đội trao gậy trước khi bắt đầu chạy. Đội nào hoàn thành trước sẽ giành chiến thắng. Sau khi tất cả các đội hoàn thành cuộc thi, giáo viên sẽ công bố kết quả và khen thưởng, khuyến khích tất cả các đội vì sự nỗ lực và tinh thần đoàn kết.

❖ **Câu mực**

- **Chuẩn bị:**

+ Gậy hockey (hoặc một vật thay thế an toàn cho trẻ nhỏ).

+ Túi đậu hoặc bóng hockey (tương trưng cho "mực").

+ Vòng

+ Cone (cọc) để đánh dấu các điểm đổi vị trí.

+ Rổ để đựng túi đậu, bóng.

- **Cách chơi:** Chia trẻ thành 2-3 đội, mỗi đội sẽ xếp thành một hàng dọc ở vạch xuất phát. Khi có hiệu lệnh, trẻ đầu tiên trong mỗi đội sẽ bắt đầu chạy từ vị trí xuất phát đến điểm có đặt cone. Tại điểm cone, trẻ đổi vị trí cone, rồi tiếp tục chạy về điểm có túi đậu và gậy hockey.

Trẻ sử dụng gậy hockey để câu túi đậu (tương trưng cho "mực") và mang về bỏ vào rổ tại đầu hàng của đội mình. Sau khi hoàn thành, trẻ sẽ đưa gậy cho bạn tiếp theo trong đội để tiếp tục. Đội nào thu thập được nhiều túi đậu nhất trong thời gian quy định sẽ là đội chiến thắng.

❖ **Kiến tha môi**

- **Chuẩn bị:** Chọn một không gian rộng rãi, thoáng mát và an toàn cho trẻ chạy nhảy. Chuẩn bị các vật phẩm làm "miếng môi" như bóng nhỏ, túi cát, hoặc các vật nhẹ, dễ mang. Đặt những "miếng môi" này ở một đầu sân và vạch đích ở đầu kia. Chia trẻ thành các đội nhỏ (mỗi đội 4-5 trẻ), mỗi đội là một nhóm "kiến" cùng nhau tha môi.

- **Cách chơi:** 2 bạn đầu tiên mỗi đội sẽ lần lượt đứng trong vòng rồi di chuyển đến điểm đặt môi, mang một "miếng môi" về đích, sau đó về cuối hàng đợi lượt, 2 thành viên tiếp theo tiếp tục lên tha môi về tổ và lần lượt chơi cho tới khi hết môi. Đội nào thu thập hết số môi trước sẽ giành chiến thắng. Trẻ phải làm việc cùng nhau và lần lượt di chuyển, không được di chuyển quá số lượng môi đã quy định trong mỗi lượt. Sau khi tất cả các đội hoàn thành nhiệm vụ, giáo viên sẽ công bố kết quả và khen thưởng các đội, nhấn mạnh tinh thần hợp tác và nỗ lực của tất cả trẻ.

❖ **Chú sâu ngộ nghĩnh**

- **Chuẩn bị:** Một quả bóng cho mỗi đội (kích thước phù hợp với trẻ em, có thể là bóng nhựa hoặc bóng cao su mềm). Vạch xuất phát và vạch đích (cọc).

- Cách chơi: Chia trẻ thành 2 đội, mỗi đội sẽ xếp thành hàng dọc ở vạch xuất phát. Khi có hiệu lệnh bắt đầu, trẻ đầu tiên của mỗi đội sẽ kẹp bóng giữa hai chân và di chuyển từ vạch xuất phát đến vạch đích (cốc) mà không được dùng tay giữ bóng. Khi đến vạch đích, trẻ quay đầu và tiếp tục kẹp bóng di chuyển trở lại điểm xuất phát. Sau khi hoàn thành lượt di chuyển, trẻ sẽ chuyền bóng cho bạn tiếp theo trong đội. Trò chơi tiếp tục cho đến khi tất cả thành viên của một đội hoàn thành xong lượt chơi. Đội nào hoàn thành nhanh nhất và ít làm rơi bóng nhất sẽ chiến thắng.

❖ Vòng tròn âm nhạc

- Chuẩn bị: Máy phát nhạc. Các bàn tay hoặc chấm tròn (sport maker), số lượng ít hơn số lượng trẻ tham gia.

- Cách chơi: Đặt các chấm tròn trên sàn, sắp xếp thành một vòng tròn hoặc rải đều khắp phòng, đảm bảo khoảng cách an toàn giữa các chấm tròn. Khi nhạc vang lên, trẻ sẽ di chuyển xung quanh các chấm tròn theo nhịp điệu của bài hát. Khi nhạc dừng, mỗi trẻ phải tìm và đứng hoặc ngồi lên một chấm tròn gần nhất. Trẻ nào không tìm được chấm tròn sẽ bị loại khỏi trò chơi. Sau mỗi vòng, một chấm tròn sẽ được loại bỏ. Tiếp tục trò chơi cho đến khi chỉ còn lại một trẻ đứng trên chấm tròn cuối cùng và là người chiến thắng.

❖ Ai nhanh hơn

- Chuẩn bị: Chuẩn bị một số cốc (ball cup) và bóng, số lượng cốc sẽ ít hơn số trẻ tham gia. Ví dụ, nếu có 10 trẻ thì chỉ

cần chuẩn bị 8 hoặc 9 cốc và bóng. Xếp cốc thành vòng tròn và đặt một quả bóng tennis lên mỗi cốc.

- Cách chơi: Trẻ đứng thành vòng tròn xung quanh cốc, di chuyển cùng nhau theo một chiều (cùng chiều kim đồng hồ hoặc ngược lại). Trong khi di chuyển, trẻ sẽ nghe một bài hát vui nhộn được giáo viên phát nhạc. Khi có hiệu lệnh tất cả các trẻ sẽ dừng lại và nhanh chóng nhặt bóng từ cốc. Trẻ nào không nhặt được bóng sẽ tạm thời mất lượt chơi trong vòng tiếp theo. Trò chơi tiếp tục bằng cách giảm số lượng cốc và bóng, làm cho thử thách khó hơn cho các trẻ. Trò chơi kết thúc khi chỉ còn lại một trẻ duy nhất nhặt được bóng ở lượt cuối cùng. Giáo viên có thể khen thưởng hoặc tặng phần quà nhỏ để khích lệ tinh thần của trẻ. Trò chơi sẽ được lặp lại để tất cả các trẻ có cơ hội tham gia, ngay cả những trẻ đã mất lượt trước đó.

❖ Cá sấu lên bờ

- Chuẩn bị: Vẽ hai vạch trên mặt đất: một vạch là "bờ," và vạch còn lại là "sông." Khoảng cách giữa hai vạch này sẽ là nơi trẻ chạy qua lại. Xác định một khu vực "kiếm ăn" trong "sông", có thể dùng vật dụng như cốc, đồ chơi nhỏ để tượng trưng cho thức ăn của cá con

- Cách chơi: Một trẻ hoặc nhóm trẻ sẽ được chọn làm "cá sấu," còn lại sẽ là "cá con." Khi quản trò hô "Cá sấu đi ngủ," cá sấu phải nằm xuống đất và giả vờ ngủ. Lúc này, các "cá con" được tự do đi kiếm ăn ở khu vực sông hoặc bờ. Trẻ là "cá con" sẽ di chuyển vào khu vực "sông"

để nhặt các vật tượng trưng cho thức ăn (cốc, đồ chơi). Cá con có thể kiếm thức ăn trong cả "sông" và trên "bờ." Khi quản trò hô "Cá sấu lên bờ," cá sấu bật dậy và cố bắt các cá con trước khi chúng chạy về "bờ" an toàn. Những trẻ bị cá sấu bắt khi đang trong sông sẽ trở thành cá sấu cho vòng chơi tiếp theo. Quản trò có thể lặp lại các lệnh "Cá sấu đi ngủ" và "Cá sấu thức dậy" cho đến khi chỉ còn một số ít trẻ chưa bị bắt.

❖ Thi đấu bóng đá

- Chuẩn bị: Chọn không gian chơi rộng rãi, có đủ chỗ để các đội di chuyển và đá bóng. Đặt hai gôn nhỏ ở hai đầu sân chơi. Chuẩn bị bóng và chia trẻ thành hai đội đều nhau. Mỗi đội sẽ có một thủ môn (đứng trong gôn để bảo vệ khung thành).

- Cách chơi: Trò chơi bắt đầu khi giáo viên thổi còi hoặc ra hiệu lệnh. Trẻ trong đội sẽ chuyền bóng cho nhau và cố gắng đưa bóng vào gôn của đối phương. Thủ môn của mỗi đội sẽ cản phá các cú sút từ đội bạn. Trò chơi diễn ra trong một khoảng thời gian nhất định (5-10 phút), và đội nào ghi được nhiều bàn thắng nhất sẽ thắng. Sau khi kết thúc thời gian, giáo viên sẽ công bố kết quả và khuyến khích tinh thần thể thao của cả hai đội, dù đội nào thắng hay thua.

❖ Nhảy bao bố

- Chuẩn bị: Bao bố (hoặc bao tải lớn), vừa đủ để trẻ có thể đứng vào trong và nhảy. Số lượng bao bố tương ứng với số đội chơi hoặc người tham gia. Vạch xuất phát và vạch đích, có thể đánh dấu bằng dây hoặc cột



mốc trên mặt đất.

- Cách chơi: Tùy thuộc vào số lượng trẻ tham gia, có thể chia thành 2 hoặc nhiều đội. Mỗi đội sẽ xếp thành hàng dọc ở vạch xuất phát. Khi có hiệu lệnh của người quản trò, trẻ đầu tiên trong mỗi đội sẽ bước vào bao bố, giữ chặt miệng bao bố và bắt đầu nhảy từ vạch xuất phát đến vạch đích. Khi đến vạch đích, trẻ sẽ nhảy quay trở lại vạch xuất phát và chuyển bao bố cho người tiếp theo trong đội. Trò chơi tiếp tục cho đến khi tất cả thành viên trong một đội hoàn thành xong lượt nhảy của mình.

Đội hoàn thành nhanh nhất sẽ chiến thắng.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn được 12 trò chơi vận động phù hợp nhằm phát triển thể lực và kỹ năng vận động cho trẻ mầm non tại Trường Mầm non Hoa Đào, Quận 12, Thành phố Hồ Chí Minh. Các trò chơi này đáp ứng các tiêu chí về tính khoa học, khả thi, và phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ mầm non. Những trò chơi này không chỉ giúp trẻ phát triển toàn diện về thể chất mà còn hỗ trợ nâng

cao kỹ năng xã hội, khả năng giao tiếp và tinh thần đồng đội.

Nghiên cứu cung cấp cơ sở khoa học và thực tiễn cho việc xây dựng các chương trình giáo dục thể chất tại các trường mầm non, đồng thời tạo tiền đề để mở rộng ứng dụng trong các hoạt động vận động khác, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục mầm non và thúc đẩy sự phát triển toàn diện của trẻ em. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 05/09/2024;
ngày phân biện đánh giá: 27/09/2024;
ngày chấp nhận đăng: 10/10/2024)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Kế Bình, Trịnh Hữu Lộc (2021), *Lựa chọn và ứng dụng các trò chơi vận động để phát triển thể lực và kỹ năng sống cho học sinh lứa tuổi (6 -7) tại một số trường tiểu học nội thành, Thành phố Hồ Chí Minh*, Tạp chí Khoa học và Đào tạo thể dục thể thao, số 4, tr 52 – 61.
2. Lê Hải (2022), *Nghiên cứu một số bài tập phát triển kỹ năng vận động cơ bản cho trẻ 3-6 tuổi tại các trường mầm non khu vực Thành phố Hồ Chí Minh*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
3. Nguyễn Thị Hương (2020), *Quản lý giáo dục kỹ năng sống cho trẻ 5-6 tuổi ở các trường mầm non Thành phố Thái Nguyên, tỉnh Thái Nguyên*, Luận văn Thạc sĩ Khoa học giáo dục, Đại học Thái Nguyên – Trường Đại học Sư phạm.
4. Trịnh Trung Hiếu, Trịnh Hữu Lộc, Lê Văn Bé Hai (2016), *Giáo trình Thể thao trường học*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
5. Đỗ Vinh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đề (2016), *Giáo trình Lý thuyết phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
6. Đỗ Vinh, Trịnh Hữu Lộc (2010), *Giáo trình Đo lường thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao Hà Nội.