

Lê Bạch Tuyết

101 TRÒ CHƠI DÂN GIAN DÀNH CHO TRẺ



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

Lê Bạch Tuyết

101 TRÒ CHƠI DÂN GIAN DÀNH CHO TRẺ MẦM NON

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

Công ty Cổ phần Sách Giáo dục tại TP. Hồ Chí Minh - Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam
giữ quyền công bố tác phẩm.

88-2009/CXB/2-98/GD

Mã số : 0H811W9-CPH

LỜI GIỚI THIỆU

Cuốn "101 trò chơi dân gian dành cho trẻ mầm non" được biên soạn và sưu tầm với mong muốn giúp trẻ phát triển toàn diện thông qua các hoạt động vui chơi lành mạnh và bổ ích, đồng thời kế thừa nền văn hóa dân gian của dân tộc.

Sách gồm 3 phần :

Phần một : Trò chơi dân gian thông thường.

Phần hai : Trò chơi dân gian với lời đồng dao.

Phần ba : Trò chơi dân gian bằng tay.

Nội dung các trò chơi dân gian vui tươi, phong phú phản ánh những hiện tượng đơn giản trong cuộc sống tự nhiên, xã hội diễn ra hằng ngày rất gần gũi với cuộc sống của trẻ. Tên trò chơi hấp dẫn, vai chơi tự nguyện, hành động chơi thoả mãn nhu cầu về thể lực, trí tuệ của trẻ, kết quả chơi có yếu tố bất ngờ và luật chơi khá đơn giản giúp trẻ dễ nhớ, dễ thuộc. Đồ chơi đi kèm trong trò chơi dân gian cũng không đòi hỏi đầu tư kinh phí nhiều, có thể tận dụng những đồ dùng, vật dụng sẵn có quanh ta và một đồ chơi có thể sử dụng trong nhiều trò chơi.

Trò chơi dân gian có thể tổ chức ở mọi nơi, mọi lúc, nó ít bị gò bó bởi những quy định nghiêm ngặt. Đối tượng tham gia chơi cũng rất linh hoạt : trẻ có thể chơi một mình hoặc số đông trẻ cùng chơi một lúc. Do vậy, trò chơi dân gian có tính linh hoạt rất cao và tiện ích, dễ dàng tổ chức ở những trường, lớp mầm non còn hạn chế về cơ sở vật chất như sân chơi chật hẹp, ít đồ chơi,...

Để trò chơi dân gian thật sự hấp dẫn, cuốn hút trẻ, giáo viên mầm non và các bậc cha mẹ cần chú ý đặt ra yêu cầu giáo dục nhẹ nhàng, luật chơi và cách chơi sao cho phù hợp với từng lứa tuổi. Hướng dẫn trẻ về luật chơi và cách chơi phải thật tỉ mỉ, kiên trì. Đối với các trò chơi có kèm lời đồng dao, phải dạy trẻ học thuộc lời ca trước khi chơi để tạo hứng thú khi chơi.

Trò chơi dân gian là một trong những yếu tố hình thành nên bản sắc văn hóa dân tộc. Thông qua các trò chơi này trẻ được hình thành, phát triển các phẩm chất thể lực, trí tuệ và tình cảm đạo đức. Vì vậy, trò chơi dân gian không chỉ là phương tiện giải trí trong các ngày lễ hội mà còn là phương tiện giáo dục cho trẻ mầm non hàng ngày.

Cuốn sách đã cố gắng tuyển chọn, biên soạn các trò chơi dân gian từ các tài liệu và qua hoạt động giảng dạy thực tế của giáo viên cho phù hợp với lứa tuổi mầm non. Trong quá trình sử dụng, rất mong các cô giáo và các bậc cha mẹ khai thác hợp lý để cho đời sống tinh thần của trẻ thơ ngày càng phát triển đúng hướng.

Trân trọng cảm ơn !

Tác giả

PHẦN MỘT

TRÒ CHƠI DÂN GIAN THÔNG THƯỜNG

BÁNH XE QUAY

Mục đích

- Luyện cho trẻ chạy theo vòng tròn.
- Rèn cho trẻ sự chú ý và biết phối hợp với nhau trong nhóm chơi.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi rộng rãi, bằng phẳng, sạch sẽ.
- Một cái trống con hoặc một cái xắc xô.
- Mỗi nhóm có khoảng 6 – 8 trẻ (hoặc có thể nhiều hơn) và 1 người điều khiển.

Luật chơi

- Trẻ chạy theo vòng tròn. Khi có hiệu lệnh dừng thì phải dừng lại ngay.
- Nhóm nào làm sai thì sẽ bị phạt tùy theo sự thoả thuận.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 hoặc 3 nhóm, các nhóm có số lượng khác nhau, mỗi nhóm ít hơn 1 – 2 trẻ.

Xếp trẻ thành 2 hoặc 3 vòng tròn đồng tâm, đứng quay mặt vào nhau, nhóm nào nhiều trẻ hơn ở vòng ngoài, các trẻ nắm tay nhau.

Khi có hiệu lệnh "quay" thì trẻ cầm tay nhau chạy vòng tròn. Hai vòng tròn chạy theo 2 hướng ngược nhau. Lúc đầu cho vòng tròn quay chậm theo nhịp của tiếng trống đập hoặc xắc xô, sau đó quay nhanh hơn. Khi vòng tròn

đang quay, người điều khiển ra lệnh cho bánh xe dừng lại thì tất cả trẻ đứng im tại chỗ và trẻ nói "kít". Tuy nhiên không nên ra lệnh khi trẻ đang quay nhanh vì dừng lại quá đột ngột thì trẻ dễ bị ngã theo quán tính.

Khi trẻ chơi thành thạo, có thể cho bánh xe quay nhanh, chậm tùy theo thoả thuận khi chơi : có thể vòng ngoài quay nhanh và vòng trong lại quay chậm hoặc ngược lại.

BẮT VỊT CON

Mục đích

- Luyện cho trẻ vận động nhanh nhẹn, khéo léo khi di chuyển.
- Rèn cho trẻ biết tập trung chú ý lắng nghe khi chơi.

Chuẩn bị

- Sân chơi rộng rãi, bằng phẳng, mát, sạch sẽ.
- Vẽ một vòng tròn to làm "ao", cách chỗ trẻ đứng khoảng 3 – 4m.
- Một người điều khiển và một số người chắn vịt.

Luật chơi

- "Người chắn vịt" không được đứng vào trong ao hoặc chạm vào vạch của ao, chỉ được bắt "vịt" ở ngoài vòng tròn.
- Trẻ làm "vịt" bị "người chắn vịt" đập vào vai thì coi như bị bắt.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Oẳn tù tì* để chọn 3 trẻ làm "người chắn vịt", số trẻ còn lại làm các con "vịt". "Người chắn vịt" đứng ở ngoài ao vẫy tay và gọi "vít vít vít" các con "vịt" trong ao ra khỏi ao di chuyển về phía "người chắn vịt". Khi các con "vịt" đến gần, người điều khiển ra lệnh "bắt vịt con" thì "người chắn vịt" đuổi theo bắt. Các con "vịt" nhanh chân chạy về ao, vừa chạy vừa kêu "cạc, cạc". Con nào chạy chậm bị "người chắn vịt" chạm vào người khi ở ngoài vòng tròn thì coi như bị bắt, phải ra ngoài một lần chơi. Những trẻ nào chạy nhanh sẽ được đổi vai làm "người chắn vịt" khi đã chơi hết một lượt.

BẮT VỊT TRÊN CẠM

Mục đích

- Luyện nghe cho trẻ và tăng cường sự phát triển thể lực.
- Trẻ thành thạo trò chơi và nắm được luật chơi.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi vừa phải, sạch sẽ, thoáng mát.
- Có khoảng 8 – 10 trẻ tham gia chơi và 1 người điều khiển.
- Một khăn để bịt mắt.

Luật chơi

- Trẻ làm "người bắt vịt" phải dùng khăn để bịt mắt.
- Trẻ làm "vịt" không được đi ra khỏi hàng rào. Trẻ nào để "người bắt vịt" chạm vào người sẽ bị mất lượt chơi.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để chọn ra một trẻ làm "người bắt vịt" và một người làm "vịt". Tất cả trẻ khác nắm tay nhau đứng thành vòng tròn làm hàng rào nhốt "vịt". Trẻ làm "vịt" và "người bắt vịt" đều đứng trong hàng rào. Trẻ làm "vịt" di chuyển trong hàng rào, vừa di chuyển vừa kêu "cạc, cạc, cạc..." hoặc "vít, vít, vít...". Khi có hiệu lệnh của người điều khiển "bắt vịt con" thì "người bắt vịt" chú ý lắng nghe định hướng tiếng vịt kêu để bắt "vịt". "Vịt" tìm cách tránh xa không để cho bị bắt. Nếu "vịt" để cho "người bắt vịt" chạm vào người hoặc bị bắt thì sẽ mất lượt chơi. Hai trẻ khác lại được thay thế để trò chơi tiếp tục.

BẮT BÓNG

Mục đích

- Ôn luyện cho trẻ biết : tung, ném, bắt bóng.
- Rèn khả năng vận động cho trẻ ; giúp trẻ tập trung chú ý, phối hợp giữa mắt và tay.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi rộng rãi.
- 1 – 2 quả bóng vừa tay trẻ.
- Có khoảng 15 – 20 trẻ tham gia chơi và 1 người điều khiển.

Luật chơi

- Trẻ không được ôm bóng vào ngực, chỉ được bắt bóng bằng tay và khi ném phải ném bằng hai tay từ dưới lên.
- Trẻ bắt được bóng khi được người khác tung cho và biết ném trả lại cho người điều khiển.
- Trẻ nào để bóng rơi xuống sàn, trẻ đó phải nhảy lò cò một vòng.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Một hai ba* để chọn một người điều khiển. Các trẻ đứng thành vòng tròn rộng, người điều khiển đứng ở giữa có khoảng cách với trẻ từ 1m – 1,5m.

Người điều khiển tung bóng cho một trẻ bắt, sau đó trẻ lại ném trả lại cho người điều khiển. Người điều khiển lại tung bóng cho trẻ khác cho đến hết lượt. Khi tung bóng cho trẻ nào thì người điều khiển đọc tên trẻ đó, giúp cho trẻ chú ý vào quả bóng. Trẻ nào tung và bắt bóng giỏi sẽ được thay thế người điều khiển.

BỊT MẮT ĐÁ BÓNG

Mục đích

- Tập cho trẻ biết ước lượng khoảng cách không gian và đá được bóng vào đích.
- Rèn cho trẻ khả năng vận động của đôi chân.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi rộng rãi.
- 2 mũ chụp kín hoặc 2 khăn bịt mắt.

- 2 quả bóng đặt cách vạch chuẩn 2m (cách nhau 1m)
- Có khoảng 15 – 20 trẻ tham gia chơi và 1 người điều khiển.

Luật chơi

- Trẻ đá bóng rồi mới được bỏ khăn.
- Trẻ nào kéo khăn bịt mắt trên đường đi thì không được chơi tiếp nữa.

Cách chơi

Cho trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để chọn 2 trẻ đầu tiên tham gia chơi.

Chia trẻ thành 2 nhóm, xếp thành 2 hàng ngang ở 2 bên lớp (gần vạch chuẩn). Cho 2 trẻ lên chơi, đứng đối diện với bóng. Trước khi bịt mắt trẻ, cho trẻ quan sát kỹ vị trí của quả bóng rồi mới bịt mắt lại.

Khi người điều khiển ra lệnh "đá bóng" thì 2 trẻ tiến về phía quả bóng, trẻ nào đá trúng thì được thưởng một tràng pháo tay và sau đó trở về đứng ở phía cuối hàng, lần lượt trẻ khác lên chơi tiếp cho đến hết lượt. Những trẻ không đá trúng bóng thì phải đứng ra một bên, đợi đến khi trò chơi kết thúc thì mỗi trẻ thua phải công trẻ thắng một vòng quanh lớp.

BỊT MẮT BẮT DÊ

Mục đích

Rèn luyện thính giác và khả năng định hướng âm thanh cho trẻ.

Chuẩn bị

- Có khoảng từ 15 đến 20 trẻ chơi. Một trẻ làm "người bắt dê" và một trẻ làm "dê".
- Một mảnh vải có màu sẫm để bịt mắt "người bắt dê" ; trống hoặc còi.

Luật chơi

- Người bịt mắt đi bắt dê không được ti hí mắt. "Người bắt dê" và người làm "dê" không chạy ra ngoài vòng tròn.
- "Người bắt dê" và người làm "dê" sẽ đổi vị trí cho nhau.

Cách chơi

Lần một

Trẻ chơi trò *Thả dĩa ba ba* để chọn : một người điều khiển, một "người bắt dê" và một người làm "dê", còn các trẻ khác cầm tay nhau đứng thành vòng tròn. Người làm "dê" phải luôn miệng kêu "be, be, be" và né tránh "người bắt dê". Người làm "dê" và "người bắt dê" chỉ chạy trong vòng tròn.

"Người bắt dê" lắng nghe tiếng dê kêu ở đâu và phán đoán xem hướng dê đang chạy để đuổi bắt, đến khi bắt được dê thì đổi vị trí cho nhau.

Lần hai

Một trẻ xung phong làm "người bắt dê", những trẻ còn lại đều làm "dê". Sau khi dùng khăn màu bịt mắt "người bắt dê" thì những trẻ khác làm "dê" sẽ chạy xung quanh người bị bịt mắt, miệng kêu "be, be, be", tìm cách trêu chọc "người bắt dê" như đập vào vai hoặc vuốt má... và tìm cách né tránh người đi bắt dê. Khi "người bắt dê" chụp được con nào thì phải nói được tên của người đó. Nếu nói đúng tên thì người bị bắt sẽ thay thế làm người đi bắt dê. Trò chơi lại tiếp tục.

Người làm "dê" muốn đánh lừa "người bắt dê" có thể tìm cách như kiễng chân cao lên hoặc làm thấp xuống, khuôn mặt có thể thay đổi một chút cốt làm cho "người bắt dê" không đoán đúng tên mình.

BỎ GIẾ

Mục đích

- Trẻ được rèn luyện tính tự chủ và bình tĩnh khi chơi.
- Rèn cho trẻ khả năng phán đoán, nghe âm thanh và phản xạ nhanh nhẹn.

Chuẩn bị

Diện tích chỗ chơi vừa phải, sạch sẽ, bằng phẳng. Có khoảng 10 – 15 trẻ tham gia chơi. Một mảnh vải vừa vắn tay cầm của trẻ.

Luật chơi

- Người được bỏ giẻ không được ngoái lại nhìn phía sau mà chỉ được quơ tay ra phía sau để tìm giẻ.
- Người bị bỏ giẻ mà không sờ được giẻ thì phải chạy một vòng và không được đi bỏ giẻ.
- Người đi bỏ giẻ không được bỏ giẻ quá xa chỗ trẻ đang ngồi.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để chọn ra một trẻ làm người bỏ giẻ.

Tất cả trẻ còn lại ngồi xuống mặt sàn thành một vòng tròn, tay để ra phía trước bình thường.

Người bỏ giẻ đi đằng sau xung quanh vòng tròn, giấu kín giẻ để không ai nhìn thấy, rồi bỏ giẻ sau lưng một trẻ bất kì nào đó. Tất cả trẻ có thể đọc một bài đồng dao hoặc hát 1 bài và vỗ tay theo nhịp của bài. Ví dụ :

Lạy trời mưa xuống
Cho nước tôi uống
Cho ruộng tôi cày
Cho bát cơm đầy
Cho manh áo mới.

Đọc như vậy để cho mọi trẻ có phần nào sao nhãng sự tập trung vào người đang đi xung quanh để bỏ giẻ.

Có thể đọc các bài đồng dao khác liên tiếp khi trò chơi đang diễn ra hoặc dùng một bài đọc đi đọc lại trong suốt cuộc chơi. Tuy nhiên, trẻ vừa đọc nhưng thỉnh thoảng vẫn phải đưa 2 tay ra phía sau để kiểm tra xem sau lưng của mình có bị bỏ giẻ không? Nếu phát hiện kịp thời có giẻ thì phải nhanh chóng đứng dậy, cầm lấy mảnh giẻ chạy một vòng và trẻ này sẽ được thay thế người đi bỏ giẻ. Người đi bỏ giẻ lại nhanh chóng ngồi vào vị trí của trẻ vừa rồi.

Nếu trẻ bị bỏ giẻ không phát hiện ra thì người bỏ giẻ đi hết một vòng đến chỗ bạn bị bỏ giẻ, cầm giẻ lên, đập nhẹ vào lưng bạn. Bạn đó phải đứng dậy chạy 1 vòng và bạn bỏ giẻ chạy đuổi theo đến khi bạn này trở về chỗ cũ thì người đi bỏ giẻ tiếp tục đi bỏ giẻ.

BƠM XE

Mục đích

- Trẻ biết mô phỏng các trạng thái của lốp xe : lốp bị xẹp hơi, lốp xe căng, lốp xe bình thường.
- Rèn khả năng vận động cho trẻ.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi không cần rộng.
- Một trẻ bơm xe, một trẻ làm “lốp xe” và một người điều khiển.

Luật chơi

Trẻ làm “lốp xe” có nhiệm vụ mô phỏng lại bánh xe ở các trạng thái lúc lốp xe xẹp, lúc lốp căng, lúc lốp xe bình thường. Nếu trẻ mô phỏng không đúng các trạng thái lốp xe sẽ bị phạt.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Một hai ba* để xác định xem trẻ nào sẽ làm “lốp xe”, trẻ nào làm người bơm xe và người điều khiển.

Trẻ bơm xe miệng kêu : “xịt, xịt, xịt...” và 2 tay nắm lại, giả làm người đang bơm xe, tùy theo ý thích nhanh hoặc chậm để cho trẻ làm “lốp xe” mô phỏng theo đúng trạng thái của lốp xe căng hay xẹp. Nếu xịt càng nhanh thì lốp càng căng. Khi nhịp của tiếng xịt chậm thì lốp xe sẽ phồng lên từ từ.

Trẻ làm “lốp xe” sẽ ngồi tư thế xổm, tay chạm vào bàn chân. Nếu người bơm xe điều khiển nhịp nhanh thì người làm lốp xe phải đứng khom người, tay chống xuống bàn chân phía trước, mô phỏng trạng thái bánh xe đang căng phồng lên.

Người bơm xe lúc đầu bơm từ từ, chậm chậm, sau đó có thể thay đổi cường độ nhanh khiến cho người làm “lốp xe” phải phản ứng kịp thời.

Các trẻ khác quan sát, vỗ tay động viên trẻ làm “lốp xe” cố lên và đáp ứng theo yêu cầu của người bơm xe.

Trò chơi kết thúc khi lốp xe không thể bơm căng lên được (trẻ làm “lốp xe” không theo kịp yêu cầu của người bơm). Hai trẻ khác thay thế để trò chơi lại tiếp tục.

CÁ SẤU LÊN BỜ

Mục đích

- Luyện cho trẻ có phản xạ nhanh nhẹn.
- Trẻ nắm được luật chơi và biết cách chơi.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm chơi có khoảng 10 trẻ và 1 người điều khiển.
- Vạch 2 đường thẳng làm ranh giới của bờ sông, cách nhau khoảng 3m.
- Một trẻ làm "cá sấu".

Luật chơi

"Cá sấu" tìm mọi cách bắt được người đi qua sông. Người nào bị "cá sấu" bắt được phải thay thế làm "cá sấu". "Cá sấu" chỉ được phép bắt khi người ở dưới nước (không kịp chạy lên bờ).

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để tìm ra 1 trẻ làm "cá sấu".

Cá sấu chỉ được phép đi lại tung tăng ở sông, không được lên bờ. Các trẻ khác chia nhau đứng ngoài 2 bên vạch. Có thể đứng trên bờ tìm cách trêu chọc "cá sấu" như thò một tay hoặc một chân xuống nước, có lúc nhảy xuống nước vừa vỗ tay vừa hát "cá sấu lên bờ, cá sấu lên bờ", khi thấy "cá sấu" đến gần thì nhảy lên bờ không để cho "cá sấu" tóm được. Nếu trẻ nào bị "cá sấu" tóm được phải thay làm "cá sấu". Khi bắt người khác làm "cá sấu" mà "cá sấu" không nhanh nhẹn làm nhiệm vụ bắt người thì sẽ chơi trò *Oẳn tù tì* để chọn trẻ khác làm "cá sấu" và trò chơi được tiếp tục.

CHẠY TIẾP GÒ

Mục đích

- Trẻ biết xếp đội hình hàng dọc.
- Rèn cho trẻ động tác chạy, vận động nhanh nhẹn và biết phối hợp với nhau khi chơi.

- Rèn tính kỉ luật trật tự khi tham gia sinh hoạt chung cho trẻ.

Chuẩn bị

- Sân chơi rộng rãi, bằng phẳng, sạch sẽ.
- 2 ống cờ và một số cờ đuôi nheo đúng bằng số lượng của trẻ tham gia chơi.
- Vẽ một vạch làm chuẩn trước chỗ đứng của mỗi đội. Ống cắm cờ của mỗi đội để phía trước, thẳng hàng với nhau.
- Một người điều khiển.

Luật chơi

- Khi chạy, trẻ không được giẫm lên vạch chuẩn.
- Trẻ chạy lên cắm cờ vào ống của đội mình. Sau đó, trẻ phải chạy vòng phía sau ống cờ, đập vào vai bạn chuẩn bị lên cắm cờ, rồi chạy tiếp về phía cuối hàng của đội mình, không được chạy tắt. Đội nào cắm hết số cờ của đội mình trước thì đội đó thắng cuộc.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 đội có số lượng trẻ bằng nhau và ngang sức nhau, chọn một trẻ làm người điều khiển cuộc chơi.

Mỗi trẻ được phát một lá cờ và trẻ xếp thành 2 hàng dọc trước vạch chuẩn.

Khi người điều khiển ra hiệu lệnh "bắt đầu" thì trẻ số 1 ở mỗi đội chạy lên cắm cờ vào ống của đội mình, vòng ra sau ống cờ và chạy thật nhanh về đập vào vai bạn số 2, rồi đi về cuối hàng. Trẻ số 2 chạy lên cắm cờ vào ống của đội mình, vòng ra sau ống cờ và chạy thật nhanh về đập vào vai bạn số 3. Cứ như thế cho đến trẻ cuối cùng.

Người điều khiển phải giám sát xem đội nào có trẻ chạy không đúng quy định để phạt và không tính điểm cờ của đội đó.

Đội nào cắm hết số cờ trước, đội đó thắng cuộc.

CHIM BAY

Mục đích

- Luyện thính giác và khả năng phản xạ tốt cho trẻ.
- Trẻ được vận động nhẹ nhàng cánh tay và bàn tay ; rèn luyện động tác nhảy, biết xếp vòng tròn.
- củng cố khả năng ghi nhớ về đặc điểm của các con vật biết bay.

Chuẩn bị

- Số lượng trẻ : có từ 5 trẻ trở lên. Có một người điều khiển và một trẻ làm "quản trò" để giám sát.
- Ôn tập cho trẻ biết tên một số con vật biết bay (con cò, chim bồ câu, ong, bướm...) và những con vật không biết bay (mèo, ếch, chó, gà, lợn, thỏ, cua, cá,...)

Luật chơi

- Khi nghe người điều khiển hô "chim bay" thì mọi trẻ cũng đáp lại "chim bay" kèm theo động tác nhảy bật tại chỗ nhẹ nhàng và hai tay dang như cánh chim đang bay khi nghe thấy tên con vật biết bay.
- Khi người điều khiển hô những vật không biết bay như "chó bay" hoặc "chuột bay"... thì trẻ phải đứng yên và nói " không bay" ; trẻ nào làm động tác bay thì trẻ đó bị phạt.

Cách chơi

Lần một

Trẻ đứng thành vòng tròn, hai tay dang ngang không chạm vào nhau. Người điều khiển đứng ở giữa hướng dẫn cho trẻ chơi vài lần rồi cho trẻ chơi chính thức. Người "quản trò" đứng ngoài giám sát xem bạn nào làm sai để phạt.

Người điều khiển hô "chim bay" đồng thời nhảy bật lên và hai tay dang như cánh chim đang bay. Cùng lúc đó, mọi trẻ cũng phải đáp lại "chim bay" kèm theo động tác nhảy bật lên và hai tay dang như cánh chim đang bay giống như người điều khiển.

Khi trẻ chơi thành thạo, có thể thay thế người điều khiển hoặc người "quản trò".

Lần hai

Trò chơi tương tự như lần một và có xen kẽ đồ vật, con vật không biết bay như "ghế bay", "lọ hoa bay", "voi bay", "thỏ bay"... Khi người điều khiển hô những vật không bay được như "chó bay" hoặc "chuột bay"... mà trẻ nào làm động tác bay thì trẻ đó bị phạt bằng cách nhảy lò cò một vòng và phải nhắc lại như "chó không bay được" hoặc "chuột không bay được"...

Để giúp trẻ thư giãn giữa lúc chơi nhằm giảm bớt sự phấn khích của trẻ, người điều khiển có thể hỏi : Vì sao mèo không bay được ? Trả lời : Vì mèo không có cánh để bay ; hoặc có thể hỏi : Vì sao chim bồ câu bay được ? Trả lời : Vì chim có đôi cánh.

CHÌM NỔI

Mục đích

- Trẻ cảm nhận cách chơi về khái niệm "chìm", "nổi".
- Rèn khả năng vận động và phản xạ nhanh của trẻ.

Chuẩn bị

- Sân chơi rộng rãi, mát mẻ.
- Mỗi nhóm có khoảng 8 – 10 trẻ. Một trẻ làm "cái".

Luật chơi

Khi trẻ ngồi xuống thì nói là "chìm" và khi đứng lên phải nói là "nổi". Trẻ nào bị "cái" đập vào người thì coi như "chết" và phải đứng ra ngoài cuộc chơi, đợi lượt sau chơi tiếp. Thời gian cho mỗi lượt chơi khoảng 5 phút.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Oẳn tù tì* để chọn trẻ làm "cái". Trẻ làm "cái" có nhiệm vụ đi đuổi các bạn. Các trẻ khác chạy thật nhanh, không để cho "cái" bắt được. Nếu thấy "cái" lại gần trẻ nào thì trẻ đó phải ngồi thật nhanh xuống và nói "chìm". Khi thấy "cái" đi xa rồi lại đứng lên và nói "nổi" rồi lại chạy tiếp. Nếu trẻ nào bị "cái" đập vào người thì trẻ đó phải đứng ra ngoài cuộc chơi. "Cái" nào bắt được nhiều trẻ sẽ là người giỏi nhất.

Lượt sau chơi, các trẻ lại chọn "cái" khác.

CHỒNG NỤ CHỒNG HOA

Mục đích

- Rèn thể lực và **tập** cho trẻ biết bật cao và khéo léo, nhanh nhẹn.
- Giáo dục biết **giữ** trật tự khi chơi.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm có khoảng 5 – 10 trẻ chơi.
- Diện tích chỗ chơi vừa đủ, bằng phẳng, mát mẻ.

Luật chơi

Trẻ phải bước qua được chiều cao của cây khi cây ra nụ, lá, hoa. Nếu chạm chân thì trẻ bị thua cuộc, phải thay thế người chồng nụ, chồng hoa.

Cách chơi

Trẻ chơi *Oẳn tù tì* để tìm ra 2 trẻ thua cuộc phải làm những người chồng hoa đầu tiên. Hai trẻ này ngồi xuống sàn đối diện nhau, duỗi bàn chân ra phía trước mặt theo hình chữ V, 2 bàn chân của 2 bạn áp sát vào nhau. Các trẻ khác thì lùi ra xa khoảng 2 – 3m lấy đà rồi nhảy qua.

Lần một : Các trẻ nhảy qua chân dạng chữ V.

Lần hai : Nhảy qua 2 bàn chân chồng nối tiếp lên nhau (1 bàn chân của trẻ A đặt chồng lên ngón chân của trẻ B – bàn chân dựng đứng). Các trẻ nhảy qua rồi lại nhảy về.

Lần ba : Trẻ A lại chồng một nắm tay tiếp lên ngón chân của trẻ B làm "nụ" để các trẻ khác nhảy qua rồi lại nhảy về.

Lần bốn : Trẻ B lại dựng đứng tiếp 1 bàn tay lên trên bàn tay "nụ" để làm "hoa", các trẻ khác lại nhảy qua rồi lại nhảy về.

Trẻ nào nhảy chạm vào nụ, hoa thì bị mất lượt, phải thay thế cho trẻ ngồi. Trẻ nào nhảy qua được 4 lần thì trẻ đó thắng cuộc. Sau đó, chọn 2 trẻ khác thay thế trẻ làm nụ, hoa. Khi nhảy, trẻ nhảy trước xong mới đến lượt trẻ sau lấy đà và nhảy, nhảy xong phải về chỗ cũ.

CHƠI U

Mục đích

- Trẻ tập thể dục thông qua trò chơi .
- Luyện cho trẻ biết giữ hơi của mình và khả năng vận động nhanh nhẹn, phán đoán tốt.

Chuẩn bị

- Có 2 đội chơi, mỗi đội có khoảng 5 – 10 trẻ chơi và 1 người điều khiển.
- Diện tích chỗ chơi đủ rộng và bằng phẳng.
- Vạch 2 đường vạch cách nhau từ 3 – 4m

Luật chơi

Máy bay khi cất cánh phải có tiếng kêu liên tục khi bay ra khỏi địa phận của đội mình, không được ngừng. Nếu dừng hơi trước khi bay về vạch của mình thì coi như máy bay bị rơi và phi công sẽ bị bắt làm tù binh.

Đội bạn cho máy bay của mình ra bắt giữ máy bay xâm phạm địa phận lãnh thổ của mình, nhưng nếu giữ máy bay của đội bạn không chặt để máy bay đó thoát về thì người phi công đó sẽ bị đội bạn bắt làm tù binh.

Có thể giải cứu tù binh của mình bằng cách : tù binh sẽ tìm mọi cách chạm vào cánh máy bay của đội mình

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 đội có số lượng trẻ bằng nhau và chơi trò chơi *Ổn tù tù* để chọn xem đội nào sẽ được bay trước, đội nào sẽ phải là người bay đuổi theo.

Khi người điều khiển ra hiệu lệnh "máy bay xuất kích" thì người phi công giơ 2 cánh tay sang ngang, miệng kêu "u... u... u..." và chạy ra khỏi vạch của đội mình. Tiếp theo, đội bạn cũng cho máy bay ra đuổi, bắt máy bay và không cho nó bay về lãnh thổ bằng mọi cách phải chạm bàn tay vào cánh máy bay của đội kia để bắt phi công làm tù binh.

Người phi công phải tìm cách vừa bay vừa né tránh máy bay của đội bạn, không cho chạm vào cánh máy bay của mình. Nếu bị bắt làm tù binh thì

người phi công phải qua lãnh thổ của đội bạn đứng làm tù binh, chờ đội mình bay sang giải cứu.

Tù binh được giải cứu bằng cách đứng sau đối phương, cố tìm mọi cách chìa tay ra để cho người của đội mình chạm vào cánh tay của mình. Nếu nhiều tù binh bị bắt muốn được đội mình giải cứu hết thì cả nhóm tù binh phải nắm tay nhau thì máy bay chỉ cần chạm vào một người là cả đoàn tù binh sẽ được cứu.

CHƠI CỐC

Mục đích

- Tập cho trẻ biết dùng đôi vai làm lực đẩy.
- Luyện sức dẻo dai, nhanh nhẹn của trẻ.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm chơi có khoảng 5 – 10 trẻ. Diện tích chỗ chơi vừa đủ.
- Một người điều khiển.
- Vạch một vạch làm ranh giới giữa 2 đội chơi.

Luật chơi

Trẻ dùng tay để đẩy đối phương. Trẻ nào đẩy được đối phương ngã xuống là thắng. Đội nào có số trẻ thắng nhiều là đội đó thắng cuộc. Tuyệt đối không được dùng tay đẩy vào mặt nhau.

Cách chơi

Chia trẻ thành 2 đội có số lượng bằng nhau. Mỗi đội ngồi xồm cao một bên, trẻ của đội này ngồi đối diện với trẻ của đội kia qua vạch ranh giới giữa 2 đội. Hai trẻ giơ 2 bàn tay về phía trước và xoè ra như nan quạt, lòng bàn tay trẻ này áp vào lòng bàn tay của trẻ kia, tư thế luôn sẵn sàng.

Người điều khiển ra hiệu lệnh một, hai, ba thì 2 trẻ bắt đầu dùng sức đẩy nhau. Trẻ phải biết sử dụng lực của đôi vai dồn vào hai cánh tay để đẩy đối phương thật nhanh. Trẻ nào làm đối phương ngã xuống là thắng cuộc. Đội nào có nhiều trẻ thắng cuộc là đội đó thắng.

CHUYỂN NƯỚC

Mục đích

- Rèn tinh thần thi đua giữa các nhóm.
- Luyện cho trẻ sự khéo léo của đôi tay và khả năng vận động nhanh nhẹn.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm chơi có khoảng 10 trẻ và 1 người điều khiển.
- Mỗi nhóm có 2 cái xô nhỏ và 2 xô lớn để đựng nước.
- Vẽ một vạch chuẩn.
- Mỗi nhóm thuộc lời một bài đồng dao hoặc một bài hát.

Luật chơi

Mỗi xô nước được chuyển lần lượt qua tay của mỗi trẻ đến chỗ chứa nước. Trong quá trình chuyển nước không để làm rơi nước xuống đất, nếu để rơi nước thì xô đó không được tiếp tục chuyển nữa. Trong một thời gian nhất định, nhóm nào đổ đầy nước vào xô lớn trước thì nhóm đó thắng cuộc.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 nhóm có số lượng bằng nhau và ngang sức nhau. Trẻ đứng thành 2 hàng ngang. Mỗi nhóm đứng trước vạch chuẩn, cách xô chứa nước 1,5m. Khi người điều khiển ra hiệu lệnh "bắt đầu" thì trẻ đứng ở cuối hàng cầm xô múc nước trong xô và chuyển cho bạn đứng cạnh để chuyển nước về phía trước. Xô nước được chuyển từ tay trẻ này sang tay trẻ khác và trẻ đứng ở vạch chuẩn đón xô nước rồi đổ vào xô lớn chứa nước. Sau đó, trẻ này cầm xô đi về phía cuối hàng rồi múc nước vào xô và đưa cho trẻ đứng cuối hàng để chuyển về phía trước. Vị trí của trẻ có sự dịch chuyển, nhường chỗ cho trẻ vừa đổ nước. Trẻ nào đánh rơi nước thì nhóm đó không được chuyển xô nước đó nữa. Cả nhóm lại phải chuyển xô khác từ đầu.

Mỗi nhóm khi vận chuyển nước có thể hát hoặc đọc một bài thơ để tạo không khí thi đua giữa các nhóm. Ví dụ : Nhóm 1 đọc bài đồng dao :

Con kiến mầy leo cành đa

Leo phải cành cộc leo ra leo vào

*Con kiến mày leo cành đào
Leo phải cành cộc leo vào leo ra
Con kiến mày leo cành đa...*

Nhóm 2 có thể đọc bài đồng dao :

*Ba bà đi bán lợn con
Bán thì chẳng được lon ton chạy về
Ba bà đi bán lợn xề
Bán thì chẳng được chạy về lon ton
Ba bà đi bán lợn con...*

CƯỚP CỜ

Mục đích

– Luyện cho trẻ khả năng vận động nhanh, khéo léo và biết "lừa" đối phương để chiến thắng.

– Rèn khả năng tập trung, chú ý lắng nghe và phối hợp giữa các trẻ trong một tập thể khi chơi.

Chuẩn bị

– Sân, bãi bằng phẳng. Vẽ một vòng tròn nhỏ đường kính khoảng 50cm giữa sân, đặt cờ hoặc cành lá ở giữa vòng tròn. Vẽ ở mỗi đầu sân một vạch ngang làm mốc và có khoảng cách bằng nhau từ vòng tròn đến các vạch ngang.

– Một lá cờ hoặc một cành lá.

– Cho một người điều khiển trò chơi. Có khoảng 10 – 15 trẻ chơi/ nhóm.

Luật chơi

– Từng cặp có số thứ tự giống nhau cùng lên chơi cướp cờ.

– Bên nào cướp được cờ mang về cho đội mình là được 1 điểm. Nếu để đối phương chạy rượt theo chạm vào người cầm cờ trước khi chạy về ranh

giới của đội mình thì cũng không được tính điểm. Đội nào có số điểm nhiều hơn là bên đó thắng cuộc, số điểm có thể là 5 hoặc 10 điểm tùy theo 2 đội chơi thoả thuận.

– Bên nào thua cuộc phải công người của bên thắng cuộc một vòng.

Cách chơi

Trong vòng tròn cắm một cái cờ hoặc để một cái khăn.

Trẻ chia thành 2 đội, xếp hàng ngang và quy định số theo từng cặp một. Những trẻ đứng đối diện nhau có cùng một số theo thứ tự.

Khi người điều khiển hô đến số thứ tự nào thì trẻ có số thứ tự đó của mỗi bên cùng chạy lên thật nhanh đến vị trí cắm cờ. Hai trẻ rình nhau, chờ cho đối phương sơ hở để chớp thật nhanh cơ hội cướp lấy cờ chạy về phía ranh giới đội của mình. Nếu để cho đối phương chạy theo chạm vào người của mình sẽ không được tính điểm. Người của đội nào thắng thì đội đó được ghi điểm.

Sau khi thắng, lại mang cờ lên đặt vào vị trí quy định để cặp khác tiếp tục lên chơi tiếp. Chơi trò này phải tập trung và nhanh nhẹn, vì hô đến số thứ tự của mình mà trẻ đó lên chậm để đối phương cướp được cờ trước là đội đó thua.

Trò chơi kết thúc khi hai bên đã chơi hết một lượt theo thứ tự của mỗi cặp chơi. Đội nào có số điểm nhiều hơn thì đội đó thắng cuộc. Đội thua cuộc phải công đội thắng cuộc một vòng hoặc phải làm theo yêu cầu của đội thắng cuộc như đã thoả thuận trước khi chơi.

GÒ LÚA NGỒ

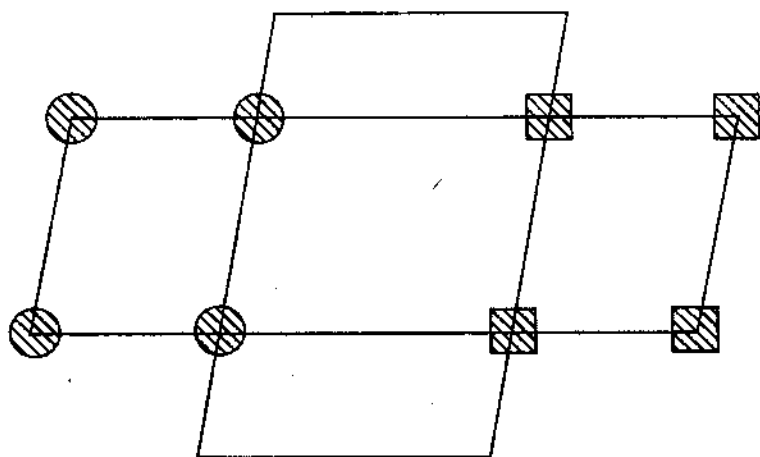
Mục đích

- Tập cho trẻ biết suy luận, phán đoán khi chơi cờ.
- Rèn cho trẻ tính bình tĩnh và quyết đoán.

Chuẩn bị

– Một bàn cờ : 8 quân cờ gồm 4 quân trắng, 4 quân đen bằng hạt vải, hạt gấc.

– Vẽ bàn cờ trên sàn nhà hoặc mặt bàn, có thể vẽ sẵn trên bìa. Trẻ dàn quân cờ trên bàn cờ.



Hình 1 : Cờ lúa ngô

Luật chơi

Trẻ chỉ được đi quân của mình theo đường kẻ. Khi đi, trẻ đọc mỗi bước đi một từ, bắt đầu từ "lúa" đến "ngô, khoai, sắn, đỗ". Nếu đi cả 5 bước liên tục thì trẻ đọc liên tiếp 5 từ và gấp quân của bạn thì được bắt quân này và chiếm chỗ đứng của quân ấy. Khi đi không được vượt quá chỗ có quân của bạn, nếu đi chưa đủ 5 bước thì phải dừng lượt đi. Bên nào bị bắt hết quân thì bên đó bị thua một ván.

Cách chơi

Trẻ ngồi 2 phía cạnh bàn cờ. Mỗi trẻ nhận một loại quân đen hoặc quân trắng, 2 trẻ chơi *Oẳn tù tì* để xem ai là người đi trước.

Mỗi bên được đi quân của mình, chỉ di chuyển quân theo đường kẻ sẵn. Mỗi bước di chuyển quân, trẻ đọc một từ như "lúa, ngô, khoai, sắn, đỗ". Đi đủ 5 bước, nếu gặp quân của đối phương thì trẻ được bắt quân này và chiếm chỗ đứng của quân này. Nếu đi chưa đủ 5 bước mà gặp quân của đối phương, trẻ không được đi vượt qua mà buộc phải dừng lại để nhường cho trẻ kia chơi. Trẻ nào bị bắt hết quân trước trẻ đó bị thua.

Muốn chơi tiếp, trẻ lại dàn quân chơi như ban đầu, trẻ nào thắng cuộc sẽ được di chuyển quân trước.

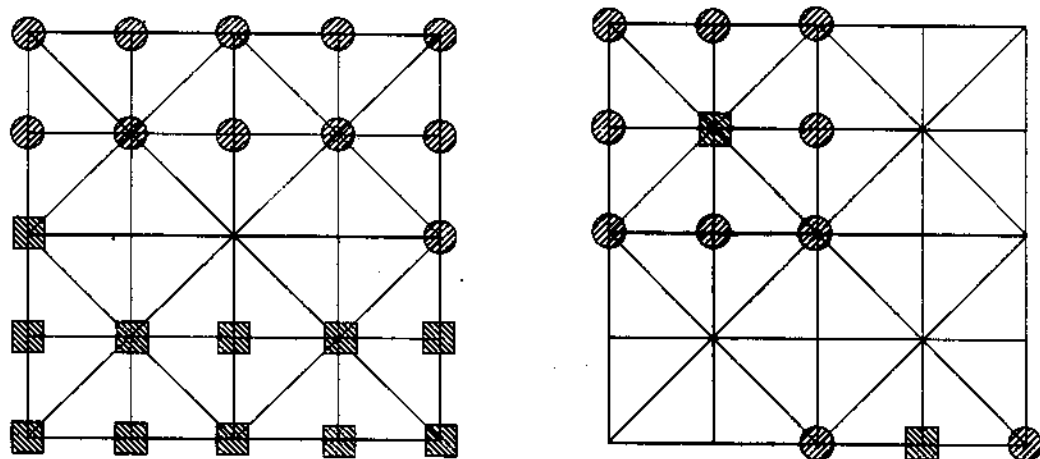
CỜ GÁNH

Mục đích

- Tập cho trẻ biết suy luận, tư duy và phán đoán khi chơi cờ.
- Rèn cho trẻ tính bình tĩnh và quyết đoán.

Chuẩn bị

- Một bàn cờ như hình vẽ, có kích thước 40 x 40cm. Có thể vẽ bàn cờ trên sàn nhà hoặc mặt bàn, có thể vẽ sẵn trên bìa.



Hình 2 : Cờ gánh

- Mỗi bên 10 quân bằng các loại hạt : na, gấc, hồng xiêm, vải, khuy áo... (quân của 2 bên có màu khác nhau để dễ phân biệt khi chơi).

Luật chơi

- Trẻ mỗi lần đi một quân và chỉ được đi một bước theo đường vẽ : đi lên, đi xuống, đi ngang hoặc đi chéo, không được đi nhảy cóc.
- Nếu quân vào giữa 2 quân bên kia thì được ăn cả.
- Bên nào hết quân trước hoặc hết đường đi trước thì bên đó thua cuộc.

Cách chơi

Mỗi trẻ ngồi một bên bàn cờ và dàn quân như hình vẽ. Trẻ chơi *Oẳn tù tì* để chọn xem ai có quyền đi quân trước.

Lần lượt mỗi bên đi 1 lần, mỗi lần đi 1 bước theo các đường : ngang, dọc, chéo (như hình vẽ). Quân bên A gánh 2 quân bên B ở 2 đầu (1 quân A ở giữa 2 quân B) thì quân A được ăn quân của B : có thể ăn tối đa một lần 6 quân của B, tức là 3 đôi quân 1 lúc) hoặc ngược lại : nếu quân bên B gánh quân bên A ở 2 đầu (1 quân B ở giữa 2 quân A) thì quân B được ăn quân của A và cũng có thể ăn một lần đi như vậy 6 quân của A, tức là 3 đôi quân 1 lúc. Trẻ nào bị ăn hết quân hoặc hết đường đi trước thì trẻ đó bị thua cuộc ván đó. Trẻ lại tiếp tục chơi ván sau, trẻ nào thắng sẽ được quyền đi quân trước.

ĐÁ GÀ

Mục đích

- Luyện độ dẻo dai và giải trí nhẹ nhàng cho trẻ.
- Trẻ biết giữ thăng bằng khi đứng một chân.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi đủ rộng và bằng phẳng.
- Mỗi nhóm có 2 trẻ.
- Cho trẻ tập đứng một chân trái và tay giữ lấy chân phải với thời gian tăng dần từ 1 phút – 2 phút – 3 phút.

Luật chơi

- Trẻ dùng một chân để đá vào chân người khác làm cho ngã. Trẻ nào ngã trước bị thua. Khi đá, nếu chống chân còn lại xuống đất thì không được coi là thắng cuộc.
- Nhớ đá nhẹ không sử dụng trò chơi này để làm trẻ khác ngã đau.

Cách chơi

Hai trẻ đứng đối diện nhau, co chân phải lên rồi dùng tay phải giữ lấy. Sau đó, dùng chân kia di chuyển, dùng đầu gối chân co để đá cho đối phương ngã. Trẻ nào ngã trước là thua cuộc.

Hoặc có thể một số trẻ cùng chơi chung : tất cả đều co chân phải lên và dùng tay phải giữ lấy, dùng chân kia di chuyển ngón. Trẻ này đá trẻ kia đến khi nào còn một trẻ là người đó thắng cuộc. Nếu di chuyển mà chân kia bị rơi xuống thì phải co chân lên để đá tiếp, miễn sao khi đá không được chống chân còn lại xuống đất là được.

DÁNH BÚNG (DÁNH GỖ, DÁNH KHÍA)

Mục đích

- Trẻ đếm từ 1 đến 10. Trẻ biết ước lượng về khoảng cách.
- Rèn cho trẻ khéo tay khi chơi : ngón tay khóa không bị đụng vào hạt và búng trúng hạt nhiều lần.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi vừa phải, bằng phẳng, sạch sẽ.
- Nhiều hạt sỏi, hạt gấc, hạt bưởi, hạt vải, hạt nhãn, hồng, na... giã làm quả trứng.

Luật chơi

- Trẻ không đụng vào hạt khác khi làm động tác khóa. Khi búng 2 hạt vào nhau, nếu đụng vào hạt khác cũng bị coi là hỏng. Nếu bị đụng thì trẻ sẽ nhường quyền chơi cho bạn và chờ đến lượt mình.
- Mỗi lần trẻ búng một hạt và được ăn hạt đã búng trúng. Nếu trẻ không búng trúng thì bị mất lượt, trẻ khác được chơi tiếp. Trẻ nào ăn được nhiều hạt thì trẻ đó sẽ thắng và sẽ là người được đi trước ở ván sau.

Cách chơi

Lần một

Chia trẻ thành 2 người một nhóm chơi và chia đều số hạt cho mỗi trẻ.

Chơi "bắt cái" còn gọi là hạ quân : mỗi trẻ giấu kín số hạt của mình, chỉ lấy ra một số và nắm chặt trong lòng bàn tay rồi để ra phía trước mặt. Khi có hiệu lệnh "bắt đầu" thì trẻ cùng ra quân và xoè bàn tay có giấu hạt của mình ra phía trước, trẻ nào có số hạt trong tay nhiều thì trẻ đó sẽ được quyền chơi trước.

Trẻ được chơi trước thu hết số quân của các trẻ chơi lại và rải ra trên mặt sàn để búng. Trẻ ước lượng khoảng cách giữa các hạt và bắt đầu búng. Trước khi búng hạt này chạm vào hạt kia, trẻ lấy ngón tay khóa giữa 2 hạt với nhau và dùng ngón trỏ hoặc ngón giữa búng hạt này chạm vào hạt kia. Nếu 2 hạt chạm vào nhau là được ăn. Trẻ cất 2 hạt đi và tiếp tục chơi cho đến khi bị phạm lỗi mới đến lượt bạn khác chơi.

Trò chơi cứ tiếp tục cho đến khi hết số hạt để chơi mới dừng để chơi ván khác.

Lần hai

Chia trẻ thành nhóm có từ 3 – 5 trẻ và mỗi trẻ có số hạt bằng nhau.

Mỗi nhóm cử một đại diện chơi "bắt cái" để xem nhóm nào được quyền chơi trước.

Nhóm được chơi trước thu hết số hạt của các trẻ vào rồi rải tất cả ra sàn một lần. Mỗi trẻ trong nhóm này đều được búng trước. Trẻ các nhóm khác chia nhau ra để giám sát các trẻ búng, xem trẻ nào phạm luật để phạt bị mất lượt, cho đến khi không còn trẻ nào trong nhóm này được chơi nữa thì nhóm khác sẽ chơi tiếp tục. Nhóm nào ăn được nhiều hạt, nhóm đó sẽ thắng cuộc.

DÁNH GIÁ

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể vui vẻ.
- Luyện khả năng vận động nhanh nhẹn, khéo léo khi chạy.

Chuẩn bị

- Sân chơi rộng, bằng phẳng, sạch sẽ.
- Vẽ ở 2 đầu sân 2 vạch làm giới hạn.
- Mỗi đội có khoảng 8 – 10 trẻ chơi, 1 người điều khiển và 1 cái còi.

Luật chơi

- Cá có thể chui qua mắt lưới nhưng không được phá đứt lưới.
- Cá đã bơi về qua đường giới hạn thì lưới không được giăng bắt nữa.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 đội có số lượng bằng nhau và ngang sức nhau. Mỗi đội đứng ở phía sau vạch giới hạn của mình.

Một đội cử một trẻ đại diện chơi trò *Oẳn tù tì* để chọn xem đội nào làm nhiệm vụ giăng lưới đánh cá và đội nào làm cá.

Đội làm “lưới đánh cá” : các trẻ cầm tay nhau, dang ra như lưới bắt cá. Đội này phải đứng tại chỗ một bên vạch ranh giới.

Đội làm “cá” thì mỗi trẻ làm một con cá tự di chuyển trong phần ao thả cá.

Khi người điều khiển ra lệnh thì cá ở bờ sông bên này bơi sang bờ sông bên kia để kiếm ăn. Sau một thời gian nhất định, người điều khiển thổi còi báo hiệu đã hết giờ cá đi ăn. Lúc này, đội đánh cá nhanh chóng giăng lưới ra để bắt cá, cá nào bơi chậm, không kịp về chỗ vạch ranh giới sẽ bị mắc lưới. Nếu cá bơi về được qua đường giới hạn thì đội lưới không được bắt nữa.

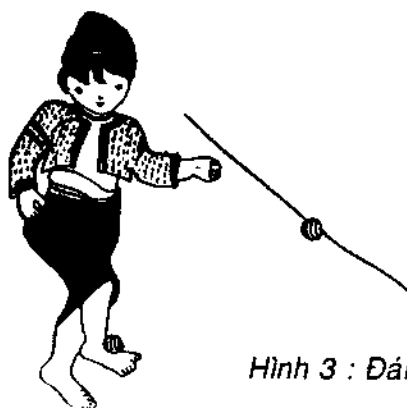
DÁNH MĂNG

Mục đích

- Giới thiệu cho trẻ loại trò chơi phổ biến của trẻ em dân tộc Mường.
- Giúp trẻ phát triển thể lực và luyện sự khéo léo cho đôi chân của trẻ.

Chuẩn bị

- Mỗi trẻ có một hòn măng và 1 hòn cái. Vẽ một vạch làm đích.



Hình 3 : Đánh măng

– Tập cho trẻ làm quen với động tác : đặt một hòn mảng (bằng gỗ, hình tròn hoặc vuông, có đường kính 6 – 8cm) lên mu bàn chân hoặc lên đầu gối rồi tung lên giữ cho không bị rơi. Hòn cái có thể bằng nhựa, hình tròn hoặc hình vuông, có đường kính tương tự như hòn mảng.

Luật chơi

Trẻ chỉ được dùng chân để điều khiển hòn mảng chứ không dùng tay.

Cách chơi

Người chơi đứng cách vạch đích khoảng 5 – 6m.

– Choạch : vạch lên mặt hòn mảng để phân biệt mặt sấp, mặt ngửa rồi tung hòn mảng lên. Nếu mặt ngửa trùng với mặt đã chọn thì trẻ đó được thực hiện trò chơi đầu tiên. Nếu có nhiều trẻ chơi thì phải làm nhiều lần để xếp thứ tự trước, sau.

– Han giang : đặt hòn mảng lên mu bàn chân, nhảy lò cò 2 bước rồi đá vào hòn cái đặt đứng ở vạch đích, làm cho hòn cái đổ là được.

– Péng mon (hay tín chờ) : quỳ 1 chân, đặt hòn mảng lên đầu gối lấy ngón tay trở búng hoặc kẹp hòn mảng rồi văng vào hòn cái.

Lần thứ nhất hòn mảng rơi ở đâu, lại đến vị trí đó, quỳ 1 chân, đặt hòn mảng lên đầu gối lấy ngón tay trở búng lần thứ 2, lần này phải búng trúng hòn cái.

– Péng tú (hay tín clêng) : đứng chân phải co đầu gối ngang người, đặt hòn mảng lên đầu gối và cùng búng 2 lần, lần thứ 2 phải búng trúng hòn cái.

– Lây bo (hay xang xế hoặc xê chiêu xế đăm) : đặt hòn mảng lên mu bàn chân rồi đưa bàn chân đó sang phải, sang trái rồi đá hòn mảng vào hòn cái.

– Ke (kefg mò) : dùng ngón chân cái và ngón bên kẹp hòn mảng rồi đá vào hòn cái.

– Chém cọt (hay sút bò) : lấy chân kẹp hòn mảng như động tác trên, sau đó nhảy 2 bước rồi mới văng hòn cái.

– Tín : đặt hòn mảng lên đầu gối, nhảy lò cò 2 bước rồi lấy ngón trở búng vào hòn cái.

– Mỏ péng : lăn hòn mảng về phía đích, hòn mảng đứng ở đâu thì đến quỳ ở đó, đặt hòn mảng lên đầu gối và búng vào hòn cái.

– Mũi ném : lặn hòn mảng về phía đích, hòn mảng đứng ở đâu thì đến đứng ở đó, cầm hòn mảng ném vào hòn cái.

– Pen : cầm hòn mảng, nhảy lên rồi ném thẳng vào hòn cái. Đây cũng là động tác kết thúc trò chơi. Nhóm nào muốn chơi nữa thì làm lại từ đầu, nhưng bỏ qua động tác xếp thứ tự trước sau.

ĐÁNH MÓC

Mục đích

- Tập cho trẻ kĩ năng chọn móc để chơi và khéo léo của ngón tay.
- Rèn sự tập trung chú ý khi đánh móc và khả năng quan sát so sánh để lựa chọn đồ chơi cho trẻ.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi không cần rộng.
- Mỗi trẻ lấy sẵn một số lá me đất, chọn loại lá to, cuống mập. Tước bớt vỏ ở cuống lá đi, chỉ giữ lại cái ruột ở cuống. Chú ý giữ lại một đoạn ngắn vỏ cuống lá ở sát mặt lá. Nếu là nụ hoa phượng, chọn những nụ to, già, sắp nở hoa, bóc bỏ những cánh nụ đi, giữ lại phần nhị ở giữa.
- Chú ý đồ chơi phải sử dụng thống nhất cùng một loại khi chơi (cùng là nụ hoa phượng hoặc cùng là me đất).

Luật chơi

- Từng cái móc chơi với nhau, không chơi một lần 2 – 3 cái.
- Ai bị đứt móc trước là thua.

Cách chơi

Mỗi nhóm có 2 trẻ chơi. Khi có hiệu lệnh bắt đầu thì mỗi trẻ cầm một móc ngoắc vào móc của bạn. Sau khi đếm 1 – 2 – 3 thì hai trẻ cùng giật mạnh móc của mình. Cho phép mỗi trẻ thay móc 3 lần để chơi tiếp khi bị đứt móc. Ai bị đứt hết 3 móc trước là thua (tùy theo sự thoả thuận của trẻ cho phép thay bao nhiêu móc cho một ván chơi).

ĐÁNH CẦU

Mục đích

- Tập cho trẻ biết cách tung và đỡ chính xác cầu.
- Rèn đôi mắt tinh và phối hợp nhanh, chính xác giữa mắt và tay của trẻ.

Chuẩn bị

- 1 quả cầu hoặc cái yến (quả cầu miền núi).

Cách làm cầu : Một đồng tiền hoặc một mảnh kim loại tròn mỏng, có đục lỗ ở giữa. Từ lỗ, lấy giấy mỏng hoặc 4 cái lông gà kết lại để giữ đồng tiền. Lông gà hoặc giấy được vuốt thẳng gọi là ngọn cầu.

Luật chơi

- Trẻ biết tung cầu và đỡ được cầu. Trẻ nào đỡ cầu bị hụt, đánh chệch hướng hoặc không sang được sân của bạn cũng bị thua.
- Trẻ nào đỡ cầu được nhiều lần và không để cầu rơi thì trẻ đó thắng cuộc.

Cách chơi

Lần một

Lúc đầu hướng dẫn cho từng trẻ chơi một. Bắt đầu chơi : trẻ để quả cầu trên lòng bàn tay rồi tung lên và khi cầu đang rơi xuống thì thật nhanh ngửa bàn tay ra để đỡ cầu. Khi đỡ được cầu rồi tiếp tục tung lên rồi lại đỡ lấy cầu. Cứ như vậy cho đến khi không đỡ được cầu, cầu bị rơi xuống đất là người chơi bị mất lượt đi, trẻ vừa đỡ cầu, vừa đếm xem là đã đỡ được bao nhiêu lần. Ai đỡ được nhiều lần thì trẻ đó thắng cuộc.

Lần hai

Khi trẻ chơi đã thành thạo thì chuyển sang đánh bằng vợt (dùng một mảnh bìa cứng). Trẻ chơi với nhau từng đôi một. Vẽ một vạch ngang giữa sân làm giới hạn. Mỗi trẻ đứng một bên của vạch ranh giới. Trẻ A cầm vợt hất quả cầu sang bên chỗ trẻ B. Trẻ B giơ vợt ra đỡ và ngay lập tức hất quả cầu sang phía trẻ A. Cứ như vậy cho đến khi quả cầu bị rơi xuống bên nào thì trẻ bên đó bị thua.

Trẻ nào đỡ cầu bị hụt, đánh chệch hướng hoặc không sang được sân của bạn cũng bị thua.

DÁNH PHẾT

Mục đích

– Rèn thể lực và khả năng ước lượng khoảng cách trong không gian của trẻ.

Chuẩn bị

- Chỗ chơi rộng rãi, thoáng mát, sạch sẽ.
- Mỗi trẻ có một gậy tre hoặc gậy gỗ dài 60cm và 1 quả phết hình cầu.
- Vạch 2 vạch chuẩn ở 2 phía đầu của sân chơi, ở giữa có một vạch ngăn 2 phần của 2 đội và cũng là nơi đặt quả phết. Chính giữa mỗi phần sân, đào một cái hố rộng khoảng 20cm và sâu 10cm.
- Có một người điều khiển đứng ở giữa của mỗi phần sân để chỉ huy.
- Trẻ mỗi đội mặc quần áo khác nhau và có giắt cành lá sau lưng.

Luật chơi

- Mỗi lần quả phết rơi vào hố của đối-phương được tính 1 điểm.
- Không được lấy chân đá hoặc dùng tay ném quả phết ; không được dùng gậy để ngăn bước chạy của bạn.

Cách chơi

Người điều khiển hô “1, 2, 3 bắt đầu” thì các trẻ ở 2 đội đứng dưới vạch chuẩn của 2 đầu sân, mỗi trẻ tay cầm một gậy tre chạy thật nhanh ra giữa sân và dùng gậy để gạt, đẩy quả phết vào hố của đối phương. Mỗi quả phết được tính 1 điểm và được cắm 1 cành lá vào phe của mình. Đội nào đẩy được nhiều phết vào hố của đối phương thì đội đó thắng cuộc. Thời gian cho một ván chơi khoảng 2 phút. Người điều khiển phải thổi còi dừng ván chơi lại để tính điểm. Ở ván sau, đội nào thắng đội đó sẽ được quyền chọn sân chơi.

ĐÁO LỖ

Mục đích

- Tập cho trẻ khả năng ước lượng khoảng cách trong không gian.
- Rèn đôi tay khéo léo và kích thích sự phát triển về thể lực cho trẻ.

Chuẩn bị

- Mỗi trẻ có một đồng tiền xu hoặc một viên bi.
- Khoét xuống đất một lỗ tròn có đường kính 5cm, cách lỗ đào 60cm có một vạch chuẩn.

Luật chơi

Trẻ không giẫm lên vạch chuẩn khi ném. Mỗi lượt chơi, một trẻ được ném 1 đồng tiền vào lỗ đào, mỗi đồng tiền được 1 điểm. Khi ném xong, đồng tiền phải nằm hẳn trong lỗ đào, không nảy ra ngoài thì mới được tính điểm.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Oẳn tù tì* để xác định thứ tự của các trẻ tham gia chơi.

Trẻ thứ nhất đứng vào dưới vạch chuẩn, ước lượng khoảng cách từ tay đến lỗ đào, rồi dùng tay phải ném đồng xu vào lỗ đào. Nếu đồng xu rơi trúng vào lỗ, không bị nảy ra ngoài thì được tính 1 điểm, nếu không trúng, trẻ phải nhường quyền chơi cho trẻ khác. Trẻ nào được nhiều điểm nhất, trẻ đó là người chiến thắng.

DÂY LUNG

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể theo nhóm.
- Rèn luyện sức dẻo dai của trẻ.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm chơi có 2 trẻ. Một người điều khiển và giám sát cuộc chơi. Những trẻ khác làm cổ động viên.

- Diện tích chỗ chơi vừa đủ.
- Vẽ một vòng tròn có đường kính khoảng 70 – 80cm.

Luật chơi

Trẻ chỉ được dùng lưng, mông để đẩy, không dùng bằng tay. Trẻ nào bị đẩy ra khỏi vòng tròn là thua cuộc.

Cách chơi

Hai trẻ đứng trong vòng tròn đã vạch sẵn, lưng trẻ này sát vào lưng trẻ kia, chân ở trạng thái hơi choãi về phía trước để bám xuống đất, hai cánh tay khoanh lại trước ngực.

Khi người điều khiển ra hiệu lệnh "bắt đầu" thì 2 trẻ dùng lưng và mông đẩy vào nhau. Trẻ nào bị đẩy ra khỏi vòng tròn là trẻ đó thua cuộc. Trẻ không dùng tay hoặc dùng đầu để đẩy.

Những trẻ khác đứng ngoài làm cổ động viên. Trò chơi tiếp tục với nhóm trẻ khác.

DUA NGỰA

Mục đích

- Rèn cho trẻ khoẻ mạnh về thể lực, vận động nhanh nhẹn khi chơi.
- Trẻ có ý thức thi đua giữa các nhóm.

Chuẩn bị

- Mỗi đội có khoảng 8 – 10 trẻ chơi và 1 người điều khiển.
- 2 đoạn tre dài 0,8 – 1,2m, có cắm hình đầu con ngựa (cắt bằng bìa có tô màu hoặc làm bằng vải có trang trí giống đầu con ngựa).
- Vẽ một vạch xuất phát dài, cách vạch xuất phát 4 – 5m cắm 2 lá cờ hoặc đặt 2 vật gì đó làm mốc. Cờ nọ cách cờ kia khoảng 1 – 1,5m.

Luật chơi

Trẻ phi ngựa đến chỗ cắm cờ thì phải vòng ra sau cờ rồi phi tiếp về vạch xuất phát trao ngựa cho bạn số 2, rồi chạy về đứng ở cuối hàng của đội mình.

Cách chơi

2 đội chơi đứng thành 2 hàng dọc sau vạch xuất phát. Trẻ đứng đầu của mỗi đội đặt gậy có cắm đầu ngựa vào giữa 2 đùi, 1 đầu gậy gần sát mặt đất, chân ở tư thế chân trước, chân sau, 2 tay nắm lấy gậy làm động tác như người cưỡi ngựa.

Khi có hiệu lệnh, 2 trẻ đứng đầu của mỗi đội "cưỡi ngựa" phi nhanh về phía cờ mốc bằng cách giậm nhảy 2 chân để bật người lên và rơi xuống với tư thế chân trước, chân sau ; động tác cứ như vậy cho đến chỗ cắm cờ thì vòng qua cờ và phi về vạch xuất phát, rồi trao ngựa cho bạn số 2, chạy về đứng tiếp ở cuối hàng của đội mình.

Trẻ thứ 2 nhận ngựa và làm động tác như trẻ số 1, cứ như vậy, lần lượt cho đến hết. Đội nào xong trước thì đội đó thắng cuộc.

ĐỔI KHĂN

Mục đích

- Luyện cho trẻ nhảy bật tiến về phía trước và nhanh nhẹn khi vận động.
- Rèn khả năng biết tự kiểm chế ở trẻ.

Chuẩn bị

- Mỗi trẻ có 1 băng vải màu hoặc 1 băng giấy màu.
- Vẽ 2 vạch chuẩn làm đích xuất phát cho mỗi bên.

Luật chơi

Trẻ phải nhảy bật liên tục bằng 2 chân và đổi khăn cho bạn đối diện. Trẻ nào không đổi khăn hoặc nhảy không đúng phải ra ngoài 1 lần chơi.

Cách chơi.

Chia trẻ làm 2 nhóm, xếp thành hàng ngang. Mỗi trẻ cầm 1 cái khăn màu hoặc 1 băng giấy màu khác nhau. Khi người điều khiển hô "hai, ba" thì cả 2 nhóm đều nhảy bật liên tục bằng 2 chân và tiến về phía trước. Khi 2 trẻ gặp nhau, từng đôi một trẻ đổi khăn cho nhau và tiếp tục nhảy tiến về phía trước. Nhóm nào nhảy được về đích trước rồi giơ khăn lên vẫy làm hiệu thì nhóm đó thắng cuộc. Trò chơi cứ tiếp tục như vậy.

ĐỘI MŨ ĐÁNH TRỐNG

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể vui vẻ.
- Rèn khả năng định hướng và ước lượng không gian cho trẻ.

Chuẩn bị

- Có khoảng trên 10 trẻ chơi và 1 người điều khiển.
- 2 cái trống và 2 cái mũ hình chóp để đội vào đầu, 2 cái trống treo vừa tầm với của trẻ.
- Vẽ một vạch xuất phát cách chỗ treo trống khoảng 1,5 – 2m

Luật chơi

Người đội mũ xác định được hướng treo của trống, tay cầm dùi trống đi đến gõ được vào trống sẽ là người thắng cuộc.

Cách chơi

Lần một

Người điều khiển cho trẻ chơi *Thả đĩa ba ba* để xác định một người đầu tiên được đội mũ để đánh trống.

Sau đó, các trẻ chơi đứng thành 2 hàng dọc 2 bên để làm cổ động viên cho người đánh trống.

Trước khi trò chơi bắt đầu, người đánh trống được phép ước lượng thử khoảng cách từ chỗ xuất phát đến chỗ treo trống. Sau đó, người đánh trống đứng vào vạch xuất phát. Người điều khiển lấy chiếc mũ chóp nhọn đội vào đầu người đánh trống, che hai mắt và đưa dùi cho người đánh trống. Người đánh trống ước lượng đường đi tới chỗ trống và đến nơi thì giơ dùi lên đập vào trống 3 tiếng "tùng, tùng, tùng". Nếu trống kêu thì người đánh trống thắng cuộc, nếu thua cuộc thì người đánh trống phải nhảy lò cò về vị trí các bạn đang đứng để nhường cho bạn khác được vào đánh trống.

Lần hai

Người điều khiển dùng trò chơi *Chi chi chành chành* để chọn 2 trẻ khác tiếp tục được vào chơi đánh trống. Mỗi trẻ đứng ở đầu vạch xuất phát của mỗi bên. Khi có hiệu lệnh bắt đầu thì người điều khiển cầm tay người đánh

trống quay nhẹ một vòng tại chỗ và buông ra để người đánh trống đi về hướng có trống treo. 2 người đánh trống gõ dùi lên gỗ vào mặt trống 3 tiếng hoặc 5 tiếng tùy theo quy định của cuộc chơi. Nếu trống kêu thì trẻ đó thắng cuộc.

ĐỔI CHỖ

Mục đích

- Tập cho trẻ có thói quen phản ứng nhanh và kịp thời khi có hiệu lệnh.
- Rèn cho trẻ tính tự giác, thật thà và khả năng vận động nhanh nhẹn. Trẻ biết đoàn kết khi chơi.

Chuẩn bị

- Sân chơi mát, bằng phẳng, an toàn, sạch sẽ.
- Một người điều khiển.
- Vẽ mỗi trẻ một vòng tròn có đường kính khoảng 60cm.

Luật chơi

- Khi nghe hiệu lệnh, trẻ nào cũng phải di chuyển chỗ, không được xô đẩy nhau.
- Trẻ nào làm "mèo" đưa được chân vào vòng tròn thì coi như "mèo" đã chiếm chỗ, trẻ bị mất chỗ phải thay thế làm "mèo".

Cách chơi

Trẻ chơi *Thả dĩa ba ba* để chọn một trẻ làm "mèo".

Vẽ số vòng tròn tương ứng với số trẻ. Tất cả các trẻ tham dự đều đứng trong vòng tròn của mình. Khi có hiệu lệnh chơi thì các trẻ tự do thay đổi chỗ cho nhau nhưng phải thật nhanh, không để cho "mèo" giành được chỗ. Trẻ làm "mèo" đi lại tung tăng trong sân, kêu "meo, meo" và quan sát thật nhanh để xem trẻ nào di chuyển chậm thì chiếm chỗ của trẻ đó. Trẻ nào bị mèo chiếm chỗ, trẻ đó sẽ phải thay thế làm "mèo" đi rình các bạn, trò chơi cứ tiếp tục như vậy.

DUA VỊT

Mục đích

- Rèn luyện sự dẻo dai của đôi chân và tính kiên trì của trẻ khi tham gia chơi.
- Rèn khả năng tập trung và phối hợp giữa các trẻ trong một tập thể khi chơi.

Chuẩn bị

- Có từ 10 – 20 trẻ chơi, mỗi nhóm có số trẻ bằng nhau, từ 5 – 10 trẻ. Trẻ chia thành 2 nhóm hoặc nhiều hơn tùy theo số trẻ tham gia.
- Cho một người điều khiển trò chơi.
- Vạch một vạch xuất phát. Trước mặt mỗi nhóm, cách khoảng 5 – 10m đặt một vật làm đích (búp bê hoặc một đồ chơi).
- Diện tích chơi khoảng 20m, nền lát gạch men bằng phẳng, sạch sẽ.

Luật chơi

- Các thành viên của mỗi nhóm phải liên kết với nhau, không được rời nhau khi di chuyển đến đích. Nếu nhóm nào có trẻ bị rời ra là nhóm đó bị loại và thua cuộc.
- Nhóm nào di chuyển đến đích lấy được vật ở đích trước là nhóm đó thắng cuộc. Nhóm thua cuộc phải công nhận nhóm thắng cuộc một vòng.

Cách chơi

Lần một

Các nhóm ngồi xổm trước vạch xuất phát và xếp thành một hàng dọc. Người ngồi sau đặt hai tay lên eo của người đằng trước. Khi có hiệu lệnh xuất phát, cả nhóm phải nhịp nhàng di chuyển về phía đích trong tư thế ngồi xổm, di chuyển bằng bàn chân và đi khom người nhưng không để rời ra trong khi di chuyển, miệng kêu "cạc, cạc...". Cả nhóm di chuyển nhanh về phía đích để lấy được búp bê hoặc đồ chơi. Người đứng ở đầu hàng nhanh tay cầm búp bê. Nhóm nào lấy được trước là thắng cuộc. Nhóm nào di chuyển chậm, bị rời ra trong quá trình di chuyển và lấy búp bê chậm hơn là nhóm đó thua cuộc.

Lần hai

Thay vì ngồi thì trẻ có thể đứng và di chuyển bằng cách nhảy lò cò. Tay phải của người đứng sau vịn vào vai của người đứng trước và không được rời ra trong khi di chuyển. Khi có hiệu lệnh của người điều khiển, tất cả phải đồng loạt cùng nhảy lò cò về phía đích. Người đứng đầu hàng có nhiệm vụ hướng toàn nhóm của mình di chuyển về phía đích và nhanh tay lấy được đồ vật đặt ở đích.

GÀ MÁI ĐẺ TRỨNG

Mục đích

- Trẻ được chơi vui vẻ.
- Luyện tập số đếm cho trẻ.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi không cần rộng.
- Nhiều viên sỏi, hạt vãi, hạt nhãn,... giả làm quả trứng.
- Chọn một vài trẻ làm gà đẻ trứng.

Luật chơi

Gà mái đẻ trứng vào ổ theo số lượng tự chọn và trẻ đếm được số lượng quả trứng có trong ổ.

Cách chơi

Lần một

Trẻ ngồi thành vòng tròn, 2 tay khum lại giả làm ổ gà.

Người điều khiển giả là "gà đẻ trứng", đi vòng quanh các ổ gà, hai bàn tay khum lại, bên trong có chứa các quả trứng. Khi đến mỗi ổ gà, "gà đẻ trứng" dừng lại và đẻ trứng vào ổ. Sau đó, gà đẻ hỏi: "Ổ của bạn có mấy quả trứng?". Trẻ tự đếm và trả lời số trứng có trong ổ. "Gà đẻ trứng" kiểm tra lại xem trẻ đếm có đúng số trứng có trong ổ không. Trẻ được khen nếu đếm đúng số trứng có trong ổ của mình.

Lần hai

Chọn 2 hoặc 3 trẻ làm "gà đẻ trứng" vào các ổ. Khi gà đẻ được một quả trứng thì gà kêu 1 lần "cục ta cục tác". Trẻ làm ổ gà lắng nghe số lần cục tác để biết được số trứng rơi vào ổ của mình. Trẻ đếm đúng số lượng trứng rơi vào ổ của mình thì được khen.

KÉO CÒ

Mục đích

- Rèn khả năng chịu đựng, kiên trì giữ vững đội hình.
- Tăng thêm tính tập thể và thi đua của trẻ.

Chuẩn bị

– Có thể chia thành các nhóm chơi, mỗi nhóm có số lượng trẻ bằng nhau và tương đối đồng đều về thể lực. Trẻ không đi giày dép khi chơi. Một người điều khiển bằng còi.

- Diện tích chỗ chơi đòi hỏi rộng rãi, bằng phẳng, sạch sẽ.
- Vạch một vạch làm ranh giới giữa 2 đội hoặc giữa 2 trẻ.
- Có một sợi dây thừng chắc chắn, dài khoảng 2m.

Luật chơi

- Khi có lệnh mới được kéo, trẻ không được túm áo quần mà kéo.
- Đội nào bị kéo ra khỏi vạch ranh giới giữa 2 đội là bên đó thua cuộc.

Cách chơi

Chơi tập thể (dùng dây thừng để kéo)

Mỗi đội đứng một bên, đối diện với nhau qua vạch ranh giới, chọn một trẻ khoẻ nhất đứng đầu hàng, các trẻ đứng sau vòng cùng nắm tay vào dây để kéo, chân đứng ở tư thế chân trước, chân sau hơi choãi nhưng chắc chắn. Hai đội đứng thành hàng dọc.

Khi có hiệu lệnh của người điều khiển thì 2 đội bắt đầu dùng sức kéo, đội nào kéo được đối phương qua khỏi vạch ranh giới là đội đó thắng. Toàn đội phải biết hợp lực lại để có được sức mạnh tổng hợp. Trong quá trình kéo, toàn đội vừa kéo vừa đồng thanh hô thật to "hồ dô ta nào ! hồ dô ta nào !" hoặc "đội Gấu đen cố lên" để cả đội cùng có động cơ chiến thắng.

NÉM GÒN

Mục đích

- Rèn khả năng tập trung, phối hợp giữa mắt và đôi tay của trẻ.
- Rèn thể lực, khả năng ước lượng chính xác của trẻ.
- Giới thiệu cho trẻ một loại trò chơi mang sắc thái của các dân tộc miền núi phía Bắc.

Chuẩn bị

- Có từ 10 – 15 trẻ chơi và một người điều khiển trò chơi.
- Diện tích chơi khoảng 20 – 30m, nền bằng phẳng, không gian thoáng.
- Tạo một cái cột bằng gỗ hoặc bằng tre, cao khoảng 1,5m. Ở trên đỉnh cột buộc 1 vòng tròn có đường kính 30 – 40cm (vòng tròn làm bằng mây hoặc dùng một cái mẹt cũ có phần đáy bị hỏng nan). Vòng tròn nhỏ được trang trí xung quanh là những miếng giấy lấp lánh màu sắc.



Hình 4 : Ném còn

Dùng vải để khâu 6 quả còn nhỏ hình chữ nhật 7 x 12cm, khâu mép vào nhau như một cái túi, bên trong có nhồi trấu hoặc cát đã rửa sạch. Quả còn có gắn cái đuôi dính nhiều dải lụa có nhiều màu sắc, phía trên có dính một dây vải nhỏ làm tay cầm của quả còn.

– Có thể cho trẻ trai, trẻ gái mặc trang phục mô phỏng dân tộc ít người như Thái, Mường, Tày,...

Luật chơi

Mỗi lượt chơi, trẻ được ném 3 quả còn vào vòng (trẻ ném tự do sao cho quả còn lọt qua vòng là được). Trẻ nào ném được nhiều quả còn vào vòng đó là người thắng cuộc.

Cách chơi

Lần một

Chia số trẻ thành 2 đội chơi đứng đối diện nhau, cách xa trụ còn khoảng 2 – 2,5m. Mỗi đội cử một trẻ lần lượt ra ném còn, sao cho quả còn chui qua được vòng tròn treo ở trên cột trụ là được tính điểm.

Khi ném, trẻ đứng vào vạch xuất phát, cầm trái còn quay trên đầu vòng tròn để lấy đà, nhắm vào vòng tròn và ném quả còn thật khéo để còn chui qua vòng tròn.

Lần hai

Có thể tổ chức dưới dạng ngày hội mùa xuân của người dân tộc, cho trẻ mặc trang phục mô phỏng dân tộc ít người như Thái, Mường, Tày,... Có thể tổ chức thi giữa đội trai và đội gái, xem đội nào ném được nhiều quả còn vào vòng nhất.

NÉM VÒNG CỔ CHAI

Mục đích

- Tập cho trẻ khả năng ném trúng đích.
- Rèn cho trẻ sự khéo léo của bàn tay, phối hợp giữa mắt và tay ; rèn khả năng ước lượng khoảng cách không gian.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi vừa phải.
- 9 cái vòng mây hoặc bằng nhựa, đường kính từ 12 – 15cm, tùy theo độ to nhỏ của vật được ném. Xếp 3 cái chai (bằng chùy nhựa hoặc ống tre) có chiều cao khoảng 0,5m thành một hàng ngang, cách nhau 50cm.
- Vẽ một vạch chuẩn cách chai 1 – 1,5 m.
- Có một người điều khiển.

Luật chơi

- Mỗi lượt trẻ được ném 3 vòng vào cổ chai.
- Trẻ nào có số vòng lọt vào cổ chai nhiều thì trẻ đó sẽ thắng cuộc và chân không được giẫm vào vạch chuẩn.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 3 nhóm có số lượng trẻ bằng nhau. Mỗi lần chơi có 3 trẻ đứng đầu nhóm ném vòng trước, rồi lần lượt các trẻ khác tiếp tục ném vòng vào cổ chai. Trẻ nào ném xong lượt của mình thì đi vòng ra ngoài và trở về cuối hàng.

Lúc đầu, có thể khoảng cách ném từ vạch chuẩn đến chỗ để chai ngắn, sau mức độ xa tăng dần để tăng khả năng rèn luyện cho trẻ từ dễ đến khó.

NÉM BÓNG VÀO XÔ

Mục đích

- Rèn luyện khả năng khéo léo của đôi tay.
- Rèn luyện khả năng ước lượng trong không gian và ném trúng đích của trẻ.

Chuẩn bị

- 2 cái xô và 2 quả bóng bằng cao su hoặc bằng nhựa.
- Vẽ một vạch chuẩn, cách chỗ để xô từ 1,5 – 2m.
- Một người điều khiển.

Luật chơi

- Bóng phải ném đúng vào xô và nằm trong xô, không nảy ra ngoài.
- Đội nào có số bóng nằm trong xô nhiều là đội đó thắng cuộc.
- Mỗi trẻ được ném bóng 3 lần vào xô.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 đội có số lượng bằng nhau, mỗi đội có một quả bóng để ở vạch chuẩn.

Trẻ xếp thành hàng dọc, lần lượt từng trẻ di chuyển đến vạch chuẩn để ném bóng vào xô. Mỗi trẻ chỉ được ném 3 lần. Ném xong, trẻ lại nhặt bóng về để ở vạch chuẩn rồi đi về phía cuối hàng để tiếp tục ném ở những lần sau. Trẻ tiếp theo mới được ném bóng vào xô. Mỗi 1 quả bóng ném trúng vào xô được ghi 1 điểm.

Đội nào ghi được nhiều điểm thì đội đó thắng cuộc.

NHẢY BAO BỐ

Mục đích

- Rèn luyện sức khỏe, nhanh nhẹn, độ dẻo dai, khéo léo cho trẻ.
- Trẻ biết phối hợp với nhau khi chơi.

Chuẩn bị

- Chia trẻ thành từng đội có số lượng bằng nhau. Có khoảng 5 – 10 trẻ chơi cho mỗi đội. Có một người điều khiển.
- Diện tích chỗ chơi rộng rãi và bằng phẳng.
- Mỗi đội có 2 bao bố
- Vẽ một vạch làm đích xuất phát và một vạch đích đến.

Luật chơi

– Trẻ thứ nhất nhảy đến đích bằng bao bố và quay về vạch xuất phát thì người thứ 2 của đội mới được nhảy tiếp.

– Đội nào nhảy về đích trước là đội đó thắng cuộc và phải công đội thắng một vòng hoặc làm theo yêu cầu của đội thắng như đã thoả thuận trước khi chơi.

Cách chơi

Lần một

Mỗi đội xếp thành hàng dọc trước vạch xuất phát. Trẻ thứ nhất đứng vào trong bao bố, hai tay cầm lấy miệng của bao.

Khi người điều khiển có lệnh xuất phát thì trẻ thứ nhất của mỗi đội cầm miệng bao bắt đầu nhảy về phía đích rồi quay về điểm xuất phát.

Trong lúc trẻ thứ nhất bắt đầu nhảy thì trẻ thứ hai đứng sẵn trong bao bố khác chờ cho trẻ thứ nhất về đến vạch xuất phát thì sẵn sàng nhảy tiếp luôn. Trẻ thứ nhất nhảy xong đưa bao cho trẻ thứ ba chuẩn bị. Trò chơi tiếp tục cho đến người cuối cùng của đội.

Lần hai

Mỗi đội xếp thành hàng dọc trước vạch xuất phát. Mỗi bao bố có 2 trẻ đứng trong bao và cùng nhảy một lượt. Mỗi một lần có 2 trẻ cùng nhảy. Hai trẻ phải thật khéo léo để bao di chuyển dễ dàng. Trong khi nhóm trẻ thứ nhất nhảy thì nhóm trẻ thứ hai cũng đứng sẵn trong bao chờ đến lượt nhóm mình. Hai đội cứ nhảy liên tiếp như vậy cho đến khi đội nào về trước là đội đó thắng cuộc.

NHẢY DÂY

Mục đích

- Rèn cho thể lực dẻo dai, khả năng bật cao của trẻ.
- Rèn khả năng phối hợp giữa các trẻ.

Chuẩn bị

- Một diện tích rộng vừa đủ cho vòng dây quay.
- Dây có thể kết bằng thun, nilon hoặc dây đay, vải sợi to, xơ dừa. Chiều dài dây vừa đủ, khoảng 2 – 3 lần chiều dài tay của trẻ.

Luật chơi

Người nhảy không được giẫm chân lên trên dây. Dây nhảy không bị rối, xoắn vào nhau.

Cách chơi

Cách một

Dùng một sợi dây dài vừa đủ, trẻ đứng thẳng người, hai tay cầm đầu sợi dây và cổ tay quay đều sợi dây qua đầu. Khi dây vòng xuống sát mặt đất thì 2 chân chụm lại nhảy qua vòng dây hoặc có thể nhảy qua vòng dây bằng chân trước, chân sau liên tiếp nhau.

Cách hai

Trẻ đứng thẳng người, hai tay cầm đầu sợi dây và cổ tay quay đều sợi dây qua đầu. Khi dây vòng xuống sát mặt đất thì 2 chân chụm chéo nhau nhảy qua vòng dây.

Cách ba

Trẻ cầm dây và đưa bắt chéo sang hai bên phải và trái, ngược chiều của tay cầm và cổ tay quay đều sợi dây qua đầu. Trẻ đứng thẳng người, hai tay cầm đầu sợi dây và cổ tay quay đều sợi dây qua đầu. Khi dây vòng xuống sát mặt đất thì 2 chân chụm lại nhảy qua vòng dây hoặc có thể nhảy qua vòng dây bằng chân trước, chân sau liên tiếp nhau.

Cách bốn

Hai trẻ cùng nhảy chung một dây. Một trẻ tay cầm đầu dây và cổ tay quay đều sợi dây qua đầu. Khi dây vòng xuống sát mặt đất thì 2 chân chụm lại nhảy qua vòng dây. Trẻ thứ hai chờ cho dây quay xuống phía dưới và nhảy thật nhanh vào trong dây. Trẻ nhảy chung sẽ đứng đối diện với trẻ cầm dây, tay để lên vai của trẻ cầm dây. Hai trẻ cùng phải khớp với nhau về động tác nhảy.

Cách năm

Hai trẻ cùng nhảy chung một dây. Hai trẻ cùng nhảy, mỗi trẻ cầm một đầu dây để quay, tay còn lại cầm tay người kia. Hai trẻ cùng phải khớp với nhau về động tác nhảy.

Cách sáu

Có nhiều trẻ cùng nhảy chung một dây.

Hai trẻ đứng cách nhau sao cho khi dây quay chạm xuống mặt đất không chùng quá và không căng quá. Hai trẻ cùng quay vòng dây theo một chiều. Có thể một trẻ hoặc nhiều trẻ vào nhảy dây theo lần lượt hoặc cho 2 trẻ cùng nhảy một lượt. Song không được để dây chạm vào chân mình. Trẻ nào để dây chạm vào chân thì phải ra thay thế cho 2 trẻ đang làm nhiệm vụ đứng quay dây cho các bạn nhảy.

Mức chơi có thể nâng cao bằng cách : dây quay nhanh hơn hoặc có thể quay đảo chiều từ sau quay trước hoặc ngược lại.

NHẢY DÂY QUAY

Mục đích

- Rèn luyện thể lực cho trẻ, đặc biệt là khả năng bật cao của trẻ.
- Rèn cho trẻ sự khéo léo và biết tập trung chú ý khi chơi.

Chuẩn bị

- Một sợi dây thừng hoặc dây vải nilon dài 2m.
- Có khoảng từ 5 – 10 trẻ tham gia chơi.
- Sân chơi đủ rộng, sạch, mát mẻ và lát gạch bằng phẳng.

Luật chơi

- Trẻ nhảy qua dây không được chạm vào dây.
- Trẻ nào chạm vào dây sẽ bị mất lượt, phải thay thế làm người quay dây.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Oẳn tù tì* để tìm ra 2 người làm nhiệm vụ quay dây. Lúc đầu, 2 trẻ cầm đầu dây thừng để chùng xuống đất, sao cho gần chạm mặt đất. Các trẻ khác đứng thành hàng dọc tư thế thoải mái và chuẩn bị đến lượt vào nhảy qua dây. Bắt đầu từ cháu thứ nhất cho đến cháu cuối cùng, mỗi trẻ đều chụm chân lại và nhảy qua dây. Sau đó, độ cao của dây được nâng lên từ từ để trẻ lần lượt nhảy qua. Trẻ nào để chân chạm vào dây khi nhảy sẽ bị mất lượt chơi, phải làm nhiệm vụ quay dây. Trò chơi cứ tiếp tục như vậy.

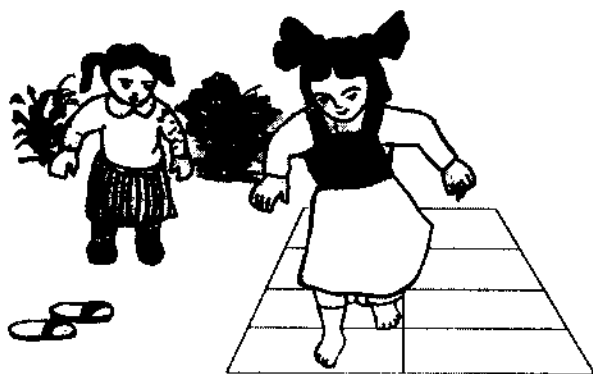
NHẢY Ô

Mục đích

- Rèn cho trẻ sự dẻo dai và khéo léo của đôi chân.
- Tập khả năng ước lượng khoảng cách.

Chuẩn bị

- Vẽ một hình chữ nhật có 8 ô và đánh số thứ tự từ 1 đến 8, từ dưới lên hoặc từ trên xuống.



Hình 5 : Nhảy ô

- Vẽ một vạch làm mốc để đứng.
- Mỗi trẻ có một hòn làm cái.

Luật chơi

Trẻ thả cái đúng vào ô định ném, khi thả hoặc đá cái không được chạm vạch hoặc giẫm chân vào vạch. Trẻ đi hồng ô nào thì phải dừng lại ở ô đó, chờ đến lượt mình được đi thì sẽ đi tiếp ở ô ngừng chứ không phải đi lại từ đầu.

Cách chơi

Trẻ chơi *Oẳn tù tì* để chọn xem trẻ nào được đi trước theo thứ tự.

Lần một : Nhảy ô

Trẻ đứng ở bên ngoài chỗ vạch mốc và thả cái vào ô 1, rồi nhảy lò cò từ ô 8 ngược đến ô 1 thì đá cái ra ngoài. Sau đó, thả tiếp cái vào ô thứ 2 và lại

nhảy ngược từ ô 8 đến ô 2 rồi đá cái ra ngoài. Tương tự nhảy như vậy qua ô 3, 4. Đến ô 5 trở đi thì trẻ lại nhảy lò cò từ ô 1 vào, nhảy tiếp đến ô 2, 3, 4, 5 và đá cái ra ngoài. Cứ như vậy nhảy hết ô 8 là xong.

Lần hai : Nhảy vòng

Trẻ không dùng hòn cái mà chỉ nhảy 2 hoặc 3 vòng theo thứ tự ô từ 1 đến 8. Nếu trong quá trình nhảy mà giẫm vào vạch là bị mất lượt.

NHONG NHONG, ÉP ÉP

Mục đích

- Trẻ mô phỏng được trạng thái phi ngựa.
- Tăng cường khả năng vận động và phát triển ngôn ngữ cho trẻ.
- Trẻ có tinh thần thi đua giữa các nhóm.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm có từ 2 – 3 trẻ chơi : 1 – 2 trẻ làm ngựa và 1 trẻ cầm cương ngựa điều khiển.
- Diện tích chơi rộng rãi, bằng phẳng.
- Có một số đoạn dây vải nhiều màu rực rỡ, dài 1,2 – 1,5m.
- Vẽ 2 vạch : 1 vạch là đích xuất phát và 1 vạch là điểm đến.

Luật chơi

Trẻ làm ngựa và trẻ cầm dây cương phải cùng thống nhất hướng phi, không được làm đứt dây khi chơi. Nếu nhóm nào làm đứt dây cương thì sẽ bị thua cuộc.

Cách chơi

Chọn 2 – 3 nhóm trẻ cùng chơi một lúc. Mỗi nhóm chọn 2 – 3 trẻ ngang sức nhau xếp thành từng nhóm, 1 hoặc 2 trẻ làm ngựa đứng trước và một trẻ cầm dây cương đứng sau.

Lấy dây vải có màu sắc vòng dây qua bụng trẻ thứ nhất và thứ 2 (nếu có) giả làm ngựa. Trẻ thứ 3 cầm 2 đầu dây giả làm cương ngựa.

Các trẻ đứng dưới vạch xuất phát để nghe hiệu lệnh. Khi người điều khiển hô "xuất phát" thì các trẻ đều chạy về một hướng, vừa chạy vừa phi "nhong nhong, ếp ếp" đến đích. Sau đó, các trẻ lại chạy về điểm xuất phát. Trẻ chạy một lúc thì đổi vai chơi cho nhau. Tiếp tục số trẻ khác cũng sắp xếp 2 – 3 nhóm cùng chơi một lúc.

LÀM CA SĨ, THI SĨ

Mục đích

- Trẻ nhớ và thuộc nhiều bài hát, bài thơ của tuổi mầm non.
- Rèn khả năng ứng xử nhanh, khả năng phát triển ngôn ngữ âm nhạc cho trẻ.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi bình thường, tùy theo số trẻ tham gia chơi. Số trẻ tham gia càng nhiều càng tốt.
- Mỗi trẻ thuộc ít nhất một bài hát, bài thơ ; nếu nhớ được tên của bài hát, bài thơ càng tốt.
- Một người điều khiển.

Luật chơi

– Lần lượt mỗi nhóm cử một trẻ hát một câu hoặc đọc một câu thơ về một chủ đề đã được thỏa thuận như : bài hát hoặc bài thơ đó có nói đến con vật hoặc chủ đề về hoa, về các loại quả, về mẹ, về cô giáo,... Trẻ nhóm này hát xong, thì trẻ nhóm khác hát hoặc đọc thơ bài khác ngay. Nếu đọc chậm hoặc nghĩ chưa ra bài hát, bài thơ thì coi như bị mất lượt chơi. Nhóm nào đọc được nhiều bài thơ, hát nhiều bài hát sẽ là nhóm thắng cuộc. Trẻ phải hát đúng lời bài hát hoặc đọc đúng từ của bài thơ mới được tính điểm.

– Nhóm nào hát hoặc đọc bài thơ trùng với bài hát, bài thơ đã có thì không được tính.

Cách chơi

Chia số trẻ thành 2 nhóm có số lượng bằng nhau. Mỗi nhóm cử một trẻ đại diện cho nhóm chơi trò *Đán tù nì* để chọn nhóm xương và nhóm hoa. Nhóm xương được quyền chơi trước, nhóm hoa chơi sau.

Người điều khiển thống nhất các trẻ về chủ đề chơi, ví dụ : chọn chủ đề về các con vật.

Nhóm xương cử một trẻ hát một câu có từ nói về một con vật nào đó, ví dụ hát bài "Con cò" : "Con cò bé bé nó đậu cành tre, đi không hỏi mẹ biết đi đường nào". Nhóm hoạ chờ nhóm xương hát xong thì hát ngay bài "Rửa mặt như mèo" : "Meo meo meo rửa mặt như mèo, xấu lắm nhé chẳng được mẹ yêu". Trong khi chờ nhóm hoạ hát xong thì nhóm xương tranh thủ hội ý nhau thật nhanh để tìm bài hát nhóm mình sẽ hát tiếp, chỉ nói nhỏ với nhau, không để cho nhóm kia nghe thấy.

Khi nhóm hoạ hát xong bài "Rửa mặt như mèo" thì hát tiếp ngay bài hát "Một con vịt" : "Một con vịt xoè ra hai cái cánh, nó kêu rằng cạp cạp cạp, cạp cạp cạp". Tiếp theo nhóm hoạ hát bài : "Con chim non"...

Trò chơi cứ tiếp tục cho đến khi cả hai nhóm không nghĩ ra được bài hát hoặc câu thơ về các con vật nữa thì kết thúc. Nhóm nào thuộc nhiều bài hát, đọc nhiều câu thơ sẽ là nhóm thắng cuộc.

LĂN BÓNG QUA KHE

Mục đích

- Rèn luyện khả năng khéo léo của đôi tay và vận động nhanh nhẹn, chính xác của trẻ.
- Giáo dục tính kỉ luật và tinh thần tập thể cho trẻ.

Chuẩn bị

- Sân chơi rộng rãi, sạch sẽ.
- Có khoảng 15 – 20 trẻ tham gia, 1 người điều khiển và 1 cái còi.
- Mỗi đội một quả bóng.
- Có một bảng để theo dõi điểm số của từng đội.

Luật chơi

Quả bóng lăn thẳng hướng, bóng phải chui qua khe chân của các bạn. Mỗi lượt bóng lăn về tới đích được tính 1 điểm. Cùng trong một thời gian nhất định, đội nào có số lượng bóng lăn về tới đích nhiều thì đội đó thắng cuộc.

Cách chơi

Chia trẻ thành 2 hoặc 3 đội xếp thành hàng dọc, mỗi trẻ cách nhau 1m. Trẻ đứng theo tư thế chân dang rộng hơn vai, thân người hơi cúi xuống, 2 tay chống vào đùi. Trẻ đứng trên cùng cầm bóng, trẻ đứng ở cuối hàng tay buông xuống và quan sát trẻ ở phía trước để chuẩn bị bắt bóng.

Các trẻ tự chọn ra một người điều khiển cuộc chơi.

Khi có hiệu lệnh của người điều khiển, trẻ đứng đầu hàng cầm bóng quay mặt lại phía các bạn rồi lăn bóng từ từ, thẳng hàng qua khe chân của bạn đứng sau mình, sau đó đứng trở lại vị trí của mình. Trẻ đứng cuối hàng nhận được bóng thì cầm bóng nhảy lò cò lên phía trước và tiếp tục lăn bóng. Sau đó, trẻ này đứng vào vị trí tiếp theo của bạn số 1. Các trẻ khác tự động dịch chuyển lùi xuống để cho trẻ cuối cùng đứng vào đúng vị trí của trẻ số 1, đứng dưới vạch chuẩn. Và trẻ liền kề với trẻ cuối cùng vừa lăn bóng lại nhận nhiệm vụ là người bắt bóng. Trò chơi cứ tiếp tục như vậy cho đến hết số thời gian quy định thì dừng lại. Trẻ nào không bắt được bóng thì bị loại ra khỏi cuộc chơi. Mỗi lần bóng lăn và trẻ cuối cùng bắt được bóng thì đội đó được tính 1 điểm. Đội nào có số điểm nhiều thì đội đó thắng cuộc.

LÒ CÒ

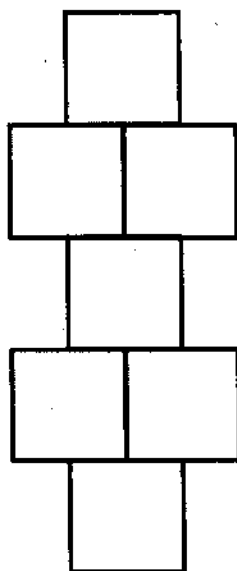
Mục đích

- Trẻ được hoạt động theo nhóm nhỏ.
- Rèn khả năng giữ thăng bằng : một chân nhảy, một chân co lên khéo léo khi vận động ; trẻ làm quen với các số.

Chuẩn bị

- Chia thành các nhóm chơi, mỗi nhóm có 2 trẻ.
- Diện tích chỗ chơi không đòi hỏi rộng rãi như các trò chơi khác nhưng bằng phẳng.
- Dùng một vật làm cái để đặt vào ô khi chơi (vật bằng một miếng gạch hoặc một túi nhỏ bên trong có chứa cát)

– Vẽ 7 ô hình vuông, mỗi cạnh dài khoảng 50cm.



Hình 6 : Lò cò

Luật chơi

Khi đến lượt chơi thì phải nhảy vào ô theo thứ tự, không được chạm chân vào vạch và không chống chân xuống đất. Nếu phạm phải quy ước này là mất lượt chơi, phải nhường cho trẻ cùng chơi được quyền nhảy tiếp.

Trong lúc chơi, cho phép người chơi được nghỉ chân thoải mái (có quyền thả chân xuống đứng nghỉ cả 2 chân) ở các ô mà mình đã thả miếng cái vào. Nhưng nếu đến ô của mình mà vẫn đứng chân lò cò thì coi như nhà mình bị cháy, lượt sau không được dừng lại nghỉ hoặc không được tính vào nhà của mình.

Cách chơi

Dùng trò chơi *Oẳn tù tì* để xác định trẻ nào hoặc nhóm nào được quyền chơi trước.

Lượt thứ nhất

Trẻ thứ nhất : đặt miếng cái vào ô số 1, co một chân lên, còn chân kia nhảy lò cò vào ô số 2 – 3, đến ô 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này, tiếp tục nhảy lò cò ô 6 – 7. Sau đó, quay người lại nhảy lò cò vào ô 6, đến ô 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này, nhảy lò cò vào ô 3 – 2 và cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 1 rồi nhảy ra ngoài.

Trẻ thứ hai : thả miếng cái vào ô số 2, vì ô số 1 đã có trẻ thứ nhất đặt miếng cái lần trước rồi. Do đó, trẻ thứ hai phải nhảy lò cò bắt đầu từ ô số 3, đến ô số 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này, tiếp tục nhảy lò cò ô 6 – 7. Sau đó, quay người lại nhảy lò cò vào ô 6, đến ô 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này, nhảy lò cò vào ô 3 và cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 2 rồi nhảy ra ngoài.

Lượt thứ hai

Trẻ thứ nhất : thả miếng cái vào ô số 3, nhảy lò cò vào ô số 1 – 2, nhảy cóc qua ô 3 và đến ô 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này, tiếp tục nhảy lò cò ô 6 – 7. Sau đó, quay người lại nhảy lò cò vào ô 6, đến ô 4 – 5 thì dang 2 chân đặt vào 2 ô này và cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 3 rồi nhảy ra ngoài.

Trẻ thứ hai : thả miếng cái vào ô số 4 và trẻ thứ hai phải nhảy lò cò bắt đầu từ ô số 1, 2, nhảy cóc ô số 3, 4 và nhảy lò cò ngay vào ô số 5, tiếp tục nhảy lò cò vào ô 6 – 7. Sau đó, quay người lại nhảy lò cò vào ô 6 – 5 và cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 4 rồi nhảy ra ngoài.

Lượt thứ ba

Trẻ thứ nhất : thả miếng cái vào ô số 5, nhảy lò cò vào ô số 1 – 2 – 3 – 4, nhảy cóc qua ô số 5, tiếp tục nhảy lò cò ô 6 – 7. Sau đó, quay người lại nhảy lò cò vào ô 6, đến ô 5 thì cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 5 rồi nhảy ra ngoài.

Trẻ thứ hai : thả miếng cái vào ô số 6 và trẻ thứ hai phải nhảy lò cò bắt đầu từ ô số 1 – 2 – 3 – 4 – 5 và nhảy cóc qua ô số 7. Sau đó, quay người lại cúi xuống nhặt miếng cái của mình ở ô số 6 rồi nhảy ra ngoài.

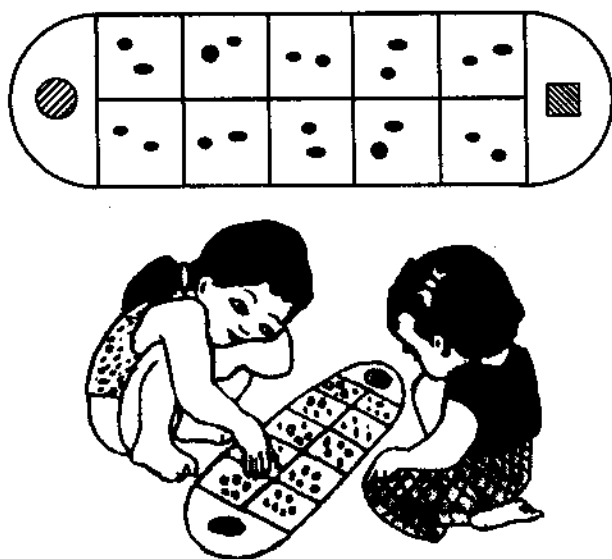
Ô ĂN QUAN

Mục đích

- Luyện ngón tay của trẻ và trẻ biết đếm đúng 5 quân đặt vào từng ô.
- Trẻ được hoạt động theo nhóm nhỏ, rèn khả năng tư duy về toán học của trẻ 5 – 6 tuổi : luyện tập cho trẻ khả năng phán đoán và tính toán nước cờ.
- Giáo dục cho trẻ tính kiên trì, nhẫn nại, cẩn thận và thật thà khi chơi.

Chuẩn bị

- Chia thành các nhóm chơi, mỗi nhóm có 2 trẻ.
- Diện tích chỗ chơi không đòi hỏi rộng rãi như các trò chơi khác nhưng bằng phẳng.
- Dùng 50 viên sỏi rửa sạch hoặc hạt của một vài loại quả đã rửa sạch (hạt trám, hạt vải, hạt mít, hạt hồng, ...) làm quân và 2 viên to hơn (khác về hình dạng hoặc màu sắc) để làm quân cái (quan).
- Vẽ một hình chữ nhật, chiều rộng khoảng 40cm, chiều dài khoảng 90cm. Ở 2 đầu của hình chữ nhật vẽ hình bán nguyệt. Chia hình chữ nhật thành 10 ô chữ nhật nhỏ. Ô bán nguyệt ở 2 phía đầu gọi là quan (hay là chỗ để quân cái).



Hình 7 : Ô ăn quan

Luật chơi

Mỗi người ngồi một bên của hình chữ nhật và được sở hữu 5 ô chữ nhật nhỏ trước mặt của mình, chỉ được quyền di chuyển những quân trong ô của mình, không được bốc quân ở ô cái để đi, mỗi lần đặt vào ô 1 quân.

Ván chơi kết thúc khi 2 ông quan bị ăn hết (không còn ô cái). Ai ăn được nhiều quân là thắng. Ai thiếu quân là thua. Sau đó, 2 trẻ khác vào thay chơi ván khác.

Cách chơi

Chia đều số quân và quan cho mỗi người : 25 quân và 1 quan. Một quan có giá trị bằng 10 quân.

Đầu tiên mỗi người xếp vào mỗi ô hình chữ nhật của mình 5 quân và 1 quan. Sau đó, chơi *Oản tù tì* để lựa chọn người được đi trước.

Người chơi đầu tiên bốc quân trong một ô tùy theo sự tính toán của mình rồi rải vào mỗi ô 1 viên theo chiều đi bên phải hoặc bên trái cho đến hết lượt. Khi rải hết quân trên tay đến đâu thì lại bốc quân của ô kế tiếp để rải. Nếu rải đến ô cuối cùng mà ô kế tiếp là ô cái thì không được đi nữa mà phải nhường quyền cho người đối diện chơi. Nếu rải đến viên cuối cùng mà gặp ô tiếp đến là ô trống thì được quyền ăn những ô tiếp liền của ô trống này. Nếu tiếp theo ô vừa ăn là ô trống và liền kề lại là ô có quân thì người chơi lại được ăn liên tục một ô nữa (kể cả ô cái), có thể ăn một lúc liên hoàn nhiều ô nếu biết tính toán cách đi thông minh, xuất sắc.

Trong khi chơi, nếu những ô trước mặt mình không còn quân nhưng vẫn còn ô quan thì người chơi phải lấy viên của mình ra tiếp tục rải mỗi ô là 5 viên để chơi tiếp cho đến khi 2 ô cái bị ăn hết mới coi là kết thúc ván chơi. Nếu thiếu quân thì phải vay người cùng chơi theo thỏa thuận về cách trả nợ (ví dụ như một ô chữ nhật nhỏ của nhà mình sẽ đổi lấy 20 hoặc 30 viên quân). Cuộc chơi kết thúc khi một bên phải bán hết nhà hoặc không đủ quân để tham gia chơi.

OẢN TÙ TÌ (MỘT HAI BA)

Mục đích

- Trẻ được vận động nhẹ nhàng bàn tay theo các quy ước.
- Rèn khả năng phán đoán và phản xạ nhanh của trẻ.
- Trò chơi giữa 2 người để xác định ai là người được, thua. Việc này quyết định người có quyền ưu tiên trong trò chơi.

Chuẩn bị

- Số lượng trẻ : có từ 2 trẻ trở lên.
- Chỗ chơi không phụ thuộc vào không gian rộng, hẹp.

Luật chơi

- Búa : ăn kéo, thua lá
- Kéo : ăn lá, thua búa
- Lá : ăn búa, thua kéo

Cách chơi

Hai trẻ đứng đối diện nhau, hai tay của mỗi người giấu ra phía sau, cả hai cùng nói "oẳn tù tì, ra cái gì, ra cái này" hoặc nói " một, hai, ba". Sau khi dứt lời ở từ "tì" hoặc "ba" thì cả 2 cùng đưa tay ra phía trước, tùy theo dự định của mỗi người mà bàn tay thể hiện một trong 3 loại sau đây :

Cái kéo : giơ ngón trỏ và ngón giữa giống như hình cái kéo.

Cái búa : bàn tay nắm lại.

Cái lá : bàn tay xòe rộng ra.

Lưu ý : sau khi hô đến từ cuối cùng thì tất cả phải giơ tay đồng loạt ra phía trước cùng một lúc, trẻ nào giơ chậm thì phải chịu phần thua cuộc.

Nếu nhiều trẻ chơi thì phải phân theo nhóm nhỏ, những trẻ thắng cuộc tập hợp vào một chỗ. Nếu cần chọn một trẻ thì những trẻ thắng cuộc lại tiếp tục thi tiếp.

ÔNG TƯỢNG ĐỘNG DẬY

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể theo nhóm, cùng vui chơi với nhau.
- Rèn luyện sự khéo léo khi vận động của trẻ bằng bàn chân.

Chuẩn bị

- Mỗi nhóm chơi có khoảng 5 – 10 trẻ. Diện tích chỗ chơi vừa đủ.
- Vẽ một vòng tròn có đường kính khoảng 2m.
- Mỗi trẻ tự chọn cho mình một tư thế đứng làm ông tượng như ông đứng chống cằm, ông đứng chấp tay sau lưng, ông đứng vát tay lên trán...

Luật chơi

Các ông tượng không được chạm vào nhau khi di chuyển vào trong ngôi nhà. Nếu ông nào vi phạm sẽ bị loại, không được đứng vào trong ngôi nhà nữa.

Cách chơi

Mỗi trẻ tự chọn cho mình một tư thế đứng làm ông tượng như ông đứng chống cằm, ông đứng chắp tay sau lưng, ông đứng vát tay lên trán... Khi người điều khiển ra hiệu lệnh "mời các ông tượng vào nhà" thì các ông tượng di chuyển bằng cách nhích dần bàn chân vào bên trong vòng tròn theo thứ tự đã bắt thăm. Do diện tích ngôi nhà có hạn nên các ông tượng được vào trước luôn tìm cách giữ chỗ không để cho nhiều ông khác vào trong ngôi nhà, bằng cách các ông tượng luôn lắc ngang để cho các ông khác khó có thể vào được vì dễ bị chạm vào người họ. Do vậy, những ông tượng vào sau phải hết sức khéo léo để không chạm phải các ông đã vào trước.

TAY TRẮNG TAY ĐEN

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể, vui vẻ.
- Trò chơi này dùng để xen kẽ giữa các trò chơi khác nhằm xác định quyền ưu tiên trong trò chơi.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi bình thường, trẻ có thể tận dụng mọi chỗ để chơi.
- Một người điều khiển.

Luật chơi

Tuỳ theo người điều khiển để chọn trẻ làm tay trắng hoặc tay đen được nhận quyền ưu tiên chơi trước.

Trẻ thoả thuận với nhau : tay trắng là phía lòng bàn tay ; tay đen là phía mu bàn tay.

Cách chơi

Nếu nhóm chơi có 10 người, cần phân chia thành 2 nhóm có số trẻ bằng nhau thì tổ chức trò chơi này. Khi người điều khiển hô "chuẩn bị" thì các trẻ để tay bình thường. Tiếp theo, người điều khiển hô "tay đen" thì tất cả trẻ giơ bàn tay của mình ra. Tùy theo sự chuẩn bị của mỗi trẻ mà trẻ có thể ngửa lòng bàn tay hoặc úp mu bàn tay. Người điều khiển bao quát xem bạn nào giơ tay đen hoặc tay trắng. Trẻ nào giơ tay đen theo yêu cầu của người điều khiển thì được đứng sang một bên và được chơi trước. Nếu số trẻ nhiều hoặc ít hơn giữa 2 nhóm thì tiếp tục chơi *Oẳn tù tì* để tìm xem bạn nào sẽ được chọn.

THẢ ĐIỀU

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể, cùng chia sẻ kinh nghiệm bản thân khi thả điều.
- Rèn luyện khả năng vận động nhanh nhẹn, khéo léo, chính xác của trẻ.

Chuẩn bị

- Số lượng trẻ : mỗi nhóm có ít nhất 2 trẻ cùng tham gia.
- Chỗ chơi cần một không gian rộng rãi, thoáng về chiều cao, không có dây điện, dây điện thoại và cây cối cao ở xung quanh.
- Cách làm điều đơn giản :

Vật liệu : dùng tre, hồ dán, giấy báo và cuộn dây gai.

Cách làm : lấy phần cật tre để vót 2 thanh tre. Chọn một thanh tre dài khoảng 50cm, vuông 4mm, đánh dấu điểm giữa của thanh tre để uốn đường cung cong cho cánh điều. Chọn một thanh tre dài khoảng 40cm, vuông 1cm làm dọc sống ở giữa của điều ; buộc 2 thanh tre lại với nhau và dán tờ giấy lên để tạo thành cánh điều.

Cách buộc dây điều : buộc một sợi dây ngang hai bên cạnh điều. Buộc sợi dây dài vào giữa dây ngang, sao cho cân bằng thì điều mới bay được.

Đuôi điều cũng phải dán cho cân bằng với chiếc điều.

Luật chơi

Điều càng bay lên cao thì điều càng đẹp.

Cách chơi

Hai trẻ cùng tham gia thả điều và phối hợp với nhau nhịp nhàng : một trẻ cầm điều đợi có gió và chuẩn bị tư thế phóng điều lên cao với một góc khoảng 45° , thật nhẹ nhàng, cân bằng. Một trẻ cầm cuộn dây chạy nhanh, giật nhẹ dây và thả dây từ từ để gió nâng điều lên và bay cao, khéo léo điều khiển không để cho cuộn dây bị rối.

TRUYỀN TIN

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể, vui vẻ.
- Rèn khả năng lắng nghe, ghi nhớ và phản xạ nhanh cho trẻ.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi bình thường, tùy theo số trẻ tham gia chơi.
- Một người điều khiển.

Luật chơi

Trẻ có nhiệm vụ nhận tin và truyền tin đầy đủ, chính xác cho bạn của mình. Trẻ nào truyền tin không chính xác sẽ bị phạt tùy theo lỗi nặng nhẹ.

Cách chơi

Các trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để chọn ra người truyền tin. Các trẻ đứng thành hàng ngang, trẻ truyền tin đứng đầu hàng. Tùy theo số lượng trẻ, nếu trẻ nhiều hơn 10 trẻ thì chia thành 2 nhóm đứng thành 2 hàng ngang và có một trẻ là người truyền tin.

Lần một

Người điều khiển nói thầm với 2 người truyền tin của mỗi nhóm về nội dung cần phải truyền đi, ví dụ : "*Hôm nay sinh nhật bạn Lan*". Sau đó, người

truyền tin có nhiệm vụ quay sang bạn đứng cạnh nói nhỏ lại tin đó, chỉ nói thầm, không để cho bạn khác nghe thấy. Bạn thứ hai có nhiệm vụ nói lại cho bạn đứng cạnh mình. Cứ như vậy tin được truyền đến bạn cuối cùng.

Khi tin truyền xong, người điều khiển yêu cầu người cuối cùng nhắc lại xem bạn của mình nói với mình câu gì ? Nếu nhắc lại đầy đủ thì nhóm đó xem như thắng cuộc. Nhóm nào nhắc lại không chính xác nội dung tin coi như thua cuộc.

Lần hai

Người điều khiển cho truyền tin với nội dung dài hơn, có thể mô tả về trang phục hoặc cái cặp sách của một bạn, nội dung dài khoảng 20 từ, ví dụ : “Hôm nay bạn Hoa tết 2 bím tóc gọn gàng, mỗi bên tóc có đính 2 bông hoa màu đỏ”.

Cách truyền tin như cách chơi lần một. Nhóm nào truyền tin đúng, nhóm đó thắng cuộc.

Lần ba

Nội dung truyền tin có thể thay đổi bằng cách truyền lại các thao tác như rửa mặt, chải đầu, đánh răng,...

TRỐN TÌM

Mục đích

- Trẻ được hoạt động tập thể, vui vẻ.
- Giúp trẻ làm quen với số đếm đến số 100 qua trò chơi và đọc rành mạch, rõ ràng.
- Trẻ biết di chuyển nhanh, nhẹ nhàng và tìm chỗ ẩn nấp kín đáo, nguy trang chỗ nấp của mình khéo để bạn không dễ dàng tìm được mình.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi rộng rãi và có nhiều góc kín có thể ẩn nấp dễ dàng. Có từ 5 – 10 trẻ thành một nhóm chơi. Một trẻ làm người bịt mắt để các trẻ khác đi trốn.

– Trẻ thuộc lời đếm của trò chơi :

Năm, mười, mười lăm, hai mươi, hai lăm, ba mươi, ba lăm, bốn mươi, bốn lăm, năm mươi, năm lăm, sáu mươi, sáu lăm, bảy mươi, bảy lăm, tám mươi, tám lăm, chín mươi, chín lăm, một trăm.

‘ Các bạn hãy trốn thật nhanh, tôi bắt đầu mở mắt đi tìm đây này.

Luật chơi

Trẻ nào bị người bịt mắt tìm được chỗ ẩn nấp thì trẻ đó phải thay thế làm người bị bịt mắt đi tìm các bạn. Trẻ đi trốn không được trốn xa phạm vi đang chơi khoảng 30m.

Trẻ làm người bịt mắt phải trung thực, không được mở mắt tí hì khi các trẻ khác đang được phép đi tìm chỗ trốn.

Cách chơi

Trẻ chơi trò *Thả đĩa ba ba* để tìm ra người bị bịt mắt đi tìm các trẻ đi trốn.

Trẻ làm người bịt mắt phải đứng quay mặt vào bên trong, lấy hai tay bịt mắt mình lại và tự đọc lời của số đếm đến 100. Lúc này, các trẻ khác nhẹ nhàng di chuyển tìm các góc kín để trốn, trẻ càng trốn kĩ càng tốt. Ví dụ : trẻ có thể chui xuống gầm ghế to, hoặc nấp vào góc tủ đựng đồ ; có thể lấy vải phủ lên người giả làm giá treo quần áo...

Sau khi nói : “Tôi bắt đầu mở mắt đi tìm” thì trẻ bị bịt mắt quay ra bắt đầu đi tìm các trẻ đã trốn.

Trẻ nào bị người bịt mắt phát hiện ra chỗ trốn thì trẻ đó sẽ phải làm người thay thế trẻ bị bịt mắt để đi tìm các bạn.

Trò chơi kết thúc tùy theo sự thoả thuận về thời gian của các trẻ.

RẢI RANH

Mục đích

– Rèn luyện sự khéo léo của bàn tay, ngón tay và sự phối hợp giữa mắt với tay trẻ.

– Trẻ làm quen với cách đếm về số qua trò chơi.

Chuẩn bị

- Diện tích chỗ chơi vừa phải. Có từ 3 – 5 trẻ thành một nhóm chơi.
- Có khoảng 30 – 40 viên sỏi sạch.
- Trẻ thuộc lời của trò chơi : rải ranh – ăn con một – chụp con đôi – rải ranh.

Luật chơi

Mỗi trẻ chỉ dùng một viên sỏi để làm quân cái khi chơi. Trẻ không được làm rơi quân cái trên tay khi chơi. Trẻ nào ăn được nhiều quân thì trẻ đó thắng cuộc. Khi tung viên sỏi lên thì trẻ nói "rải ranh", lúc đỡ được một viên cái thì trẻ nói "ăn con một" và lúc nhặt được viên sỏi thứ 2 thì trẻ nói "chụp con đôi" rồi tung lên "rải ranh". Tiếp tục như vậy cho đến hết lượt.

Cách chơi

Mỗi nhóm chơi có khoảng 3 – 5 trẻ chơi. Các trẻ ngồi trực tiếp trên mặt sàn và lần lượt chơi khi đến lượt.

Trẻ chơi trò *Oẳn tù tì* để chọn ra một trẻ được chơi đầu tiên. Trẻ bắt đầu rải một lần hết số viên sỏi, khoảng 30 – 40 viên sỏi ra mặt sàn.

Trẻ thứ nhất bắt đầu chơi : trẻ cầm khoảng 3 – 4 viên sỏi và tung lên cao khoảng 1 gang tay, nhanh tay lật úp bàn tay xuống và lấy mu bàn tay để đỡ một viên sỏi làm quân cái, số còn lại để rơi xuống sàn và nói "rải ranh, ăn con một". Khi có được 1 quân cái trong tay, trẻ cầm lấy quân cái tung lên cao vừa phải, nhanh tay trẻ nhặt lấy một viên sỏi rải ở mặt sàn đỡ viên cái đang rơi xuống và nói "chụp con đôi, rải ranh", trẻ tung cả 2 viên lên và đỡ lấy cả 2 viên. Trẻ để lại 1 viên sỏi vừa nhặt được vào giỏ của mình và 1 viên sỏi làm quân cái. Tiếp tục tung viên cái lên để nhặt tiếp các viên khác và ăn lần lượt các viên sỏi ; trẻ chơi đến khi viên cái bị rơi xuống sàn hoặc khi tung viên cái lên nhưng không kịp nhặt được viên sỏi nào thì trẻ bị mất lượt chơi.

Lần lượt các trẻ khác được chơi như trẻ thứ nhất cho đến khi không còn viên sỏi nào thì trò chơi kết thúc. Trẻ nào có số viên sỏi nhiều thì trẻ đó thắng cuộc.

Trò chơi lại bắt đầu và trẻ thắng cuộc thì được chơi đầu tiên.