

# NGÂN HÀNG 50 HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG & TRÒ CHƠI ESL KHÔNG CẦN CHUẨN BỊ (ZERO-PREP BANK)

Kho vũ khí sư phạm 50 hoạt động linh hoạt, không cần máy chiếu, không cần in ấn chuẩn bị trước. Giúp giáo viên làm chủ lớp học, khuấy động năng lượng hoặc ổn định trật tự chỉ trong 3 phút đầu giờ!

🎯 **Nguyên lý sư phạm EduCenter:** "Một buổi học thành công bắt đầu từ 180 giây đầu tiên". Đừng để học sinh vào lớp trong sự uể oải hay thụ động. Các hoạt động Zero-Prep kích hoạt phản xạ tự nhiên của não bộ, biến tiếng Anh thành niềm vui và thiết lập kỷ luật tích cực không cần la hét.

**50**

Hoạt Động Zero-Prep

**0s**

Thời Gian Chuẩn Bị

**4**

Nhóm Mục Tiêu Sư Phạm

**100%**

Ứng Dụng Thực Chiến

## NHÓM 1: ENERGY BOOSTERS & PHYSICAL TPR (KHUẤY ĐỘNG NĂNG LƯỢNG)

### 1. Simon Says Extreme (Phiên Bản Tốc Độ Cao)

3-5 Phút • Mọi Lứa Tuổi

Giáo viên làm mẫu một động tác trong khi hô một khẩu lệnh khác (Bấy thị giác). Học sinh chỉ được làm theo khi có cụm từ "Simon says". Rèn luyện khả năng lắng nghe tập trung tuyệt đối.

🔊 **Khẩu lệnh:** "Simon says touch your nose! Touch your ears! (GV chạm vào mũi) → Ai làm theo bị phạt 3 bước nhảy cóc!"

### 2. Freeze Dance Without Music (Vũ Điệu Tượng Đá Khẩu Lệnh)

3 Phút • Mầm non - Tiểu học

Cả lớp lắc lư nhún nhảy theo nhịp vỗ tay của cô. Khi cô ngừng vỗ và hô "Freeze like an animal/ice cream!", tất cả phải đứng bất động tạo dáng tương ứng.

🔊 **Khẩu lệnh:** "Dance, dance, dance! FREEZE like a tall giraffe!"

### 3. Animal Kingdom Transformation (Biến Hình Vương Quốc Thú)

4 Phút • Mầm non

Cô hô tên con vật, học sinh ngay lập tức mô phỏng âm thanh và dáng đi đặc trưng. Kích hoạt phản xạ vận động toàn thân (TPR).

🔊 **Khẩu lệnh:** "Show me an ELEPHANT! Big heavy steps! Trumpet sound: Pawoo!"

### 4. The Giant & The Dwarf (Người Khổng Lồ & Người Tí Hon)

3 Phút • 3 - 8 Tuổi

Ôn luyện cặp tính từ trái nghĩa qua vận động cơ thể: Giant (đứng kiễng chân vươn cao), Dwarf (ngồi thụp co ro), Fast (chạy tại chỗ), Slow (đi chậm chạp).

🔊 **Khẩu lệnh:** "We are GIANTS! High up! Now DWARFS! Low down!"

### 5. Mirror Mirror on the Wall (Tấm Gương Phản Chiếu)

4 Phút • Cặp đôi

Hai bạn đứng đối diện nhau. Một bạn làm động tác kèm nói từ tiếng Anh, bạn kia phải phản chiếu lại từng cử chỉ nét mặt hết như chiếc gương.

🔊 **Khẩu lệnh:** "You are the mirror! Follow your partner's movement exactly!"

### 6. Imaginary Hot Potato (Củ Khoai Nóng Vô Hình)

3 Phút • Cả lớp

Cả lớp chuyển tay nhau một quả bóng/củ khoai tây tưởng tượng theo tiếng đếm ngược 10-9-8... Bé nào giữ "khoai" lúc cô hô "BURNT!" phải trả lời 1 câu hỏi từ vựng.

### 7. Traffic Lights 3 Colors (Đèn Giao Thông Phản Xạ)

3 Phút • 4 - 9 Tuổi

Red = Dừng lại im lặng; Yellow = Đi thật chậm và thì thầm; Green = Nhảy bật lên và đồng thanh hô to từ vựng mục tiêu của bài học.

### 8. Earthquake & Tree (Động Đất & Cây Đại Thụ)

5 Phút • Vận động nhóm

Nhóm 3 bạn (2 bạn nắm tay làm cây vòm, 1 bạn ở giữa làm sóc). Hô "Earthquake" → sóc chạy đổi cây; Hô "Storm" → cây tách ra ghép cây mới; Hô "Fire" → cả cây và sóc đều chạy!

### 9. Touch Something Blue (Chạm Vào Sắc Màu)

3 Phút • Mầm non - Lớp 1

Cô hô to một màu sắc hoặc chất liệu, học sinh có 5 giây di chuyển chạm tay vào vật phẩm đó trong phòng học và hô to tên đồ vật.

### 10. Human Clock (Đồng Hồ Cơ Thể)

4 Phút • Tiểu học

Học sinh dùng 2 cánh tay làm kim giờ và kim phút. Cô giáo hô "It's 9 o'clock!", học sinh lập tức tạo dáng góc 90 độ chuẩn xác và hô to giờ.

### 11. Jump to the Word (Nhảy Tới Lựa Chọn)

3 Phút

Vẽ 2 ô trên sàn (TRUE / FALSE hoặc YES / NO). Cô đọc một câu phát biểu, học sinh nhảy vào ô lựa chọn của mình.

### 12. Shark Attack Floor (Cá Mập Săn Mồi)

3 Phút

Sàn nhà là biển. Khi cô hô "SHARK ATTACK!", học sinh phải co cả 2 chân lên ghế hoặc ngồi xếp bằng trên bàn để không bị cá mập cắn!

### 13. Air Writing & Guess (Viết Chữ Trên Không)

3 Phút

Dùng ngón trỏ hoặc khuỷu tay viết 1 chữ cái/từ đơn giản trong không trung để bạn bên cạnh đoán xem là từ gì.

### 14. Pass the Energy Clap (Chuyền Tiếng Vỗ Tay)

2 Phút

Cả lớp đứng vòng tròn, chuyền 1 tiếng vỗ tay thật dứt khoát theo vòng tròn, tính giây xem cả lớp hoàn thành vòng trong bao lâu.

### 15. Robot Walk & Battery Low (Robot Cạn Pin)

3 Phút

Học sinh bước đi cứng đờ như robot. Khi cô thông báo "Battery 20%... 10%... 0%", học sinh di chuyển chậm dần rồi ngưng hẳn để nạp năng lượng học bài.

## NHÓM 2: VOCABULARY DRILLS & MEMORY (ÔN TẬP TỪ VỰNG & TRÍ NHỚ)

### 16. Word Chain / Shiritori (Nối Từ Nhanh)

4 Phút

Từ sau bắt đầu bằng chữ cái cuối của từ trước: Apple → Elephant → Tiger → Rabbit → Tomato... Luyện vốn từ vựng phản xạ liên tục.

### 17. Mystery Box Miming (Chiếc Hộp Bí Mật Kịch Cầm)

4 Phút

1 bạn lên trước lớp, cô thì thầm 1 từ vựng (chú cảnh sát, con mèo, đang bơi...). Bạn chỉ được dùng ngôn ngữ hình thể để lớp đoán từ tiếng Anh.

### 18. Back to the Board (Ghế Nóng Quay Lưng)

5 Phút

1 bạn ngồi ghế nóng quay lưng vào bảng. Cô viết từ "Doctor" lên bảng. Cả lớp miêu tả bằng tiếng Anh: "He works in a hospital!" để bạn đoán.

### 19. Category Slam (Đập Bảng Theo Chủ Đề)

4 Phút

Chia 2 đội. Cô nêu chủ đề "FRUITS". Đại diện 2 đội chạy lên đập tay lên bảng và hô to 1 từ hợp lệ. Đội nào nói nhanh và chuẩn được 1 điểm.

### 20. Whisper Down the Lane (Điện Thoại Thì Thầm)

4 Phút

Thì thầm 1 câu tiếng Anh ngắn từ đầu hàng đến cuối hàng. Bạn cuối cùng đọc to câu mình nghe được lên xem có giữ nguyên nội dung không.

### 21. The Invisible Memory Tray (Khay Trí Nhớ Vô Hình)

3 Phút

Cô đặt 5 đồ vật lên bàn (bút chì, cục tẩy, thước kẻ, cuốn sách, chai nước) cho lớp nhìn 5 giây rồi giấu đi 1 món. Lớp đoán món nào biến mất.

### 22. 20 Questions Kids (20 Câu Hỏi Đoán Đồ Vật)

4 Phút

Cô nghĩ về một loài vật. Học sinh chỉ được đặt câu hỏi Yes/No ("Can it fly?", "Is it big?", "Does it live in water?") để tìm ra đáp án.

### 23. Flashcard Ninja (Thợ Săn Thẻ Từ)

3 Phút

Cô lật úp và mở thẻ từ cực nhanh trong 0.5 giây. Bạn nào nhận diện và đọc chuẩn từ vựng đầu tiên sẽ được cộng điểm cho đội của mình.

### 24. Word Tennis (Bóng Bàn Ngôn Ngữ)

3 Phút

2 bạn hoặc 2 đội đối kháng nhau, thay phiên nhau nói 1 từ cùng chủ đề (ví dụ: Màu sắc: Red - Blue - Green - Yellow...). Quá 3 giây là thua cuộc.

### 25. Rhyme Time Challenge (Đồng Âm Vần Điệu)

3 Phút

Cô cho từ "CAT". Học sinh thi nhau nói các từ có vần tương tự: "HAT, BAT, FAT, RAT, MAT". Cực kỳ hiệu quả cho luyện phát âm Phonics.

### 26. Odd One Out (Tìm Kẻ Lạ Loài)

3 Phút

Cô đọc 4 từ: "Dog, Cat, Cow, Table". Học sinh chỉ ra từ "Table" khác biệt vì nó là đồ vật chứ không phải con vật.

### 27. Sound Detective (Thám Tử Âm Phonics)

3 Phút

Cô phát ra âm /p/, học sinh có 10 giây tìm và chỉ vào các đồ vật bắt đầu bằng âm đó: Pen, Pencil, Paper, Picture...

### 28. Spell with Your Body (Uốn Cơ Thể Thành Chữ)

4 Phút

Nhóm 2-3 bạn phối hợp chân tay nằm hoặc đứng tạo thành chữ cái O, C, T, L... để lớp đoán từ vựng.

### 29. Taboo Junior (Đoán Chữ Cấm Kỵ)

4 Phút

Miêu tả từ "Sun" nhưng không được dùng các từ: "Sky", "Hot", "Yellow". Buộc học sinh phải tư duy ngôn ngữ phong phú linh hoạt.

### 30. Mountain Climber (Vận Động Viên Leo Núi)

4 Phút

Biến thể tích cực của Hangman: Vẽ người leo núi cấm cờ, mỗi chữ cái đúng người leo lên 1 nấc, chữ cái sai người trượt xuống chân núi.

### NHÓM 3: SPEAKING PROMPTS & QUICK THINKING (KÍCH HOẠT NÓI & PHẢN XẠ)

#### 31. Would You Rather? (Con Thích Cái Nào Hơn?)

4 Phút

"Would you rather have wings to fly or gills to swim?" → Học sinh di chuyển sang 2 góc phòng và nói 1 câu lý do bằng tiếng Anh.

#### 32. 1-Minute Non-stop Talk (60 Giây Bắn Tiếng Anh)

4 Phút

Chọn 1 chủ đề (My pet, My favorite food). Học sinh nói liên tục trong 60 giây không ngắt nghỉ quá 3 giây. Rèn độ trôi chảy (Fluency).

#### 33. Two Truths and One Lie (2 Thật 1 Giả)

5 Phút

Bé nói 3 câu về bản thân (2 câu thật, 1 câu bịa). Các bạn đặt câu hỏi tiếng Anh để chất vấn và bỏ phiếu tìm ra câu nói dối.

#### 34. Sentence Builder Train (Đoàn Tàu Nối Câu)

4 Phút

Mỗi bạn thêm 1 từ/cụm từ vào câu: "I see" → "I see a cat" → "I see a black cat" → "I see a black cat sleeping"...

#### 35. If I Were a Superhero (Nếu Em Là Siêu Anh Hùng)

4 Phút

Học sinh chia sẻ siêu năng lực mình mơ ước: "If I were a superhero, I would fly to help people!" Kích thích trí tưởng tượng bay bổng.

#### 36. Stop the Bus! (Dừng Xe Bus)

4 Phút

Viết trên bảng chữ cái "B": Name (Ben), Animal (Bear), Color (Blue). Ai viết xong 3 từ chuẩn đầu tiên hô to "STOP THE BUS!".

#### 37. The Desert Island Item (Món Đồ Lên Đảo Hoang)

4 Phút

Nếu chỉ được mang 1 đồ vật duy nhất lên đảo hoang, em chọn món gì và vì sao? Luyện cấu trúc lập luận: "I choose... because..."

#### 38. What's My Emotion? (Đoán Cảm Xúc Giọng Nói)

3 Phút

Đọc câu "I am going to school" nhưng bằng giọng tức giận, vui mừng, buồn bã hoặc sợ hãi để cả lớp đoán tính từ chỉ cảm xúc.

#### 39. Tell Me 3 Things (Kể Tên 3 Điều Nhanh)

3 Phút

Cô yêu cầu ngẫu nhiên: "Tell me 3 green animals!", "Tell me 3 things in your pencil case!" trong vòng 5 giây phản xạ chớp nhoáng.

#### 40. Roll the Imaginary Dice Story (Xúc Xắc Kể Chuyện)

5 Phút

Cô tung xúc xắc vô hình mở đầu: "Yesterday, a little monkey found a magic box..." và chuyển quyền kể câu chuyện cho từng học sinh.

### NHÓM 4: CALMING DOWN & FOCUS RESTORATION (LẮNG ĐỘNG & TẬP TRUNG)

#### 41. The Silent Leader (Thủ Lãnh Vô Danh)

4 Phút

1 bạn làm thủ lĩnh đối các cử chỉ êm dịu (vuốt tóc, xoa cằm, vỗ nhẹ vai). Cả lớp theo dõi và làm theo trong im lặng. Bạn thám tử tìm ra ai là thủ lĩnh.

#### 42. Zen Master 60 Seconds (60 Giây Tĩnh Tâm)

2 Phút

Cả lớp nhắm mắt, hít thở êm ái trong 60 giây và đếm xem nghe được bao nhiêu âm thanh xung quanh. Trả lời bằng tiếng Anh sau khi mở mắt.

#### 43. Rainstorm Symphony (Bản Giao Hưởng Cơn Mưa)

3 Phút

Dùng tay gõ 1 ngón xuống bàn (mưa phùn) → 5 ngón → vỗ đùi (sấm sét) → giảm dần về 1 ngón → tạnh hẳn. Đưa cả lớp về trật tự kỳ diệu.

#### 44. Breathe with Teddy (Hít Thở Cùng Gấu)

2 Phút

Đặt bàn tay lên bụng, hít sâu nâng bụng lên: "Inhale peace", thở chậm hạ bụng xuống: "Exhale noise". Lấy lại sự tập trung tức thì.

#### 45. Blindfold Navigator (Người Dẫn Đường Khéo Léo)

4 Phút

1 bạn nhắm mắt, bạn kia dùng khẩu lệnh nhỏ nhẹ ("Step forward, stop, turn right") dẫn bạn đi qua chướng ngại vật về chỗ ngồi an toàn.

#### 46. Telepathy Number (Thần Giao Cách Cảm)

2 Phút

Cô viết 1 số từ 1-10 vào lòng bàn tay giấu kín. Cả lớp im lặng nhìn cô và giơ ngón tay dự đoán số cô đang nghĩ trong đầu.

#### 47. Slow Motion Walk (Bước Chân Chuyển Động Chậm)

3 Phút

Cả lớp di chuyển về chỗ ngồi như các phi hành gia trên mặt trăng, không gây ra bất kỳ tiếng động nào. Ai phát ra tiếng động phải lùi 2 bước.

#### 48. Detective Eye (Đôi Mắt Thám Tử)

3 Phút

Quan sát lớp 10 giây rồi nhắm mắt. Cô thay đổi 1 chi tiết nhỏ (lật ngược cuốn sách, dời vị trí chai nước). Lớp mở mắt tìm điểm khác biệt.

#### 49. Whisper Chain Focus (Chuỗi Thì Thầm Tích Cực)

3 Phút

Cô thì thầm thông điệp: "We are ready to learn" chuyển qua từng bạn. Bạn cuối cùng đứng dậy đọc to với nụ cười tự tin.

#### 50. Gratitude Circle (Vòng Tròn Biết Ơn)

3 Phút

Kết thúc buổi học, mỗi bạn chia sẻ 1 điều mình cảm thấy biết ơn: "I am grateful for my teacher / happy game". Động lại cảm xúc nhân văn ấm áp.