# 幼儿园中班体能总结

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-08-20

*一直以来,\"健康第一\"是幼儿园教育的首要任务。健全的身体是一个人做人、做事、做学问的基础。本站今天为大家精心准备了，希望对大家有所帮助!　　幼儿园中班体能总结　　健康既是身心和谐发展的结果，也是身心充分发展的前提。健康是幸福之源，离开健康，...*

一直以来,\"健康第一\"是幼儿园教育的首要任务。健全的身体是一个人做人、做事、做学问的基础。本站今天为大家精心准备了，希望对大家有所帮助![\_TAG\_h2]　　幼儿园中班体能总结

　　健康既是身心和谐发展的结果，也是身心充分发展的前提。健康是幸福之源，离开健康，就不可能尽情游戏，也不能专心学习，甚至无法正常生活。因此，健康教育要充分考虑到本班孩子的年龄特点和个别差异，无论是进行健康教育还是试图改善的周围环境、都要依据身心发展的特点，否则不仅不能促进健康，而且可能有损健康。

　>　一、会玩了。

　　孩子们刚开始接触滑板的时候只会单脚站在上面滑来滑去,而且很小心翼翼的,还有的孩子根本不敢玩,只是站在一边观看。于是我先给孩子们表演一番,调动大家的兴趣,接着邀请胆大的孩子进行模仿,并经常利用晨间活动时间、上午游戏时间、下午户外活动时间带领幼儿和滑板做朋友,并进行一些简单的玩法训练,通过一次次的讲解和练习,孩子们玩滑板的经验也越来越丰富了,他们玩的技能技巧有了明显的提高,基本上都能坐着滑、趴着滑、跪着滑、单脚滑等,但双脚站在滑板上玩的还不够熟练,趴在滑板上旋转的技能还需要加强。

　>　二、能创新玩了。

　　我努力为孩子们创设自由、宽松的玩滑板环境,鼓励和引导他们创新出各种独特的玩法,在每次玩滑板的过程中,我都注意让孩子们相互学习,学习同伴不同的`玩法,并进行练习。比如一次王博文小朋友想出了从斜坡上往下滑的玩法,刚开始只有两三个孩子跟着他一起玩,当他们快乐的笑声感染着其他孩子的时候,又围上来好几个孩子,渐渐地孩子们都来玩了,大家相互支持着、鼓励着,我发现孩子们在掌握这种玩法的同时也体验到了不同的快乐。通过以上一次次经验的积累,孩子们的玩法也越来越丰富,技法也越来越娴熟了,深深感受到了滑板不同玩法带来的快乐。

　>　三、会边玩边说儿歌了。

　　有了一段时间的练习,孩子们玩滑板的技能渐渐熟络,于是我和孩子们共同创编了玩滑板的趣味儿歌,孩子们刚开始不愿意边玩边说儿歌,有的孩子儿歌也说不全,我发现可能是儿歌不够有趣或朗朗上口,不能调动孩子学习的积极性,于是我将儿歌进行了调整,渐渐地在我的影响下,孩子们已能逐步边玩边说相对应的儿歌。大家在儿歌的帮助下不仅玩的更熟练,而且更加投入了,这就是儿歌的魅力和效应。

　>　四、存在的不足:

　　孩子们玩滑板有了较大的进步,但还存在一些不足,主要表现在:

　　1、孩子们的自控能力较差,常常会发生摔倒或碰撞的事。

　　2、孩子们相互学习的习惯和能力还需继续培养。

　　希望孩子们在我们创设的快乐氛围里更加自由地玩滑板,创新出多样化的玩法,感受滑板的乐趣。

**幼儿园中班体能总结**

　　组织幼儿开展户外活动，根据幼儿们不同的发展水平，制定多层次的目标，设计安排难度不等的活动，提供多样化指导和帮助，使孩子得到进一步提高，使孩子能在其原有基础上得到发展。为幼儿准备自制的体育玩具，让他们自由选择玩具，自由结伴，按自己的喜爱和意愿进行游戏;给孩子们准备比较安静的游戏环境，让孩子们轻松愉快的进行游戏;在游戏活动中我们会为孩子们准备有趣、好玩的活动课，让孩子们在游戏中得到相应的锻炼，培养孩子们的合作能力、创造能力、动作协调能力。让幼儿在游戏中学习丰富有趣的知识。在活动过程中发挥幼儿创造性，鼓励幼儿创造新的玩法。一个呼啦圈不仅是用来跳的，可以连环套着当车跑，可以立着当圈滚。发挥幼儿的自主性，作为教师自身的积极参与直接影响幼儿活动的兴趣和质量。

　　每一次活动，孩子们都积极参与，充分体验到了成功的喜悦。让幼儿积极参加户外活动的兴趣是增强幼儿体质、提高幼儿健康水平的重要手段之一。充分利用户外自然环境使幼儿作适当锻炼，对提高幼儿生理机能和发展幼儿个性、促进幼儿身心健康起到一定的帮助。强化幼儿的动作灵敏性、协调性、耐力和速度。在活动中，为让幼儿学会善于发现问题、敢于提出问题、大胆做出假设、努力观察、发挥想象力、勤于动手操作等技能，提高幼儿的积极性、主动性和兴趣，为幼儿准备了丰富的活动器材，和一物的多种玩法，很好的培养了幼儿的动作协调能力，在游戏中，融入幼儿的集体中去，与幼儿共同发现问题，寻找乐趣，学习知识，同时与幼儿建立良好的师生关系，创建一个大家庭。于此同时，在游戏中，与幼儿进行交流，培养幼儿的语言表达能力，鼓励幼儿大胆勇敢的表达出自己的想法，能够深入了解到幼儿的内心世界。

　　户外活动给予了幼儿无穷的乐趣，也为我们教师搭建了一个又一个与幼儿沟通交流的平台，培养了幼儿与幼儿之间的合作精神，健全了幼儿与教师之间的美好的发展关系。

**幼儿园中班体能总结**

　　  丰富幼儿园户外体育活动内容，进一步探索户外体育活动的形式，提高幼儿的整体素质，促进幼儿身心健康成长。我园在初春四五月份为幼儿制定了一系列晨间体育活动。

　　首先，此次活动幼儿园领导非常重视。各个班组都能积极认真地组织活动。一是抓得早落得实。从三月份开始，各班组就把活动纳入教师的备课中，每班有专门的教师负责此项活动的开展;二是各班组教师都能结合本班幼儿年龄特点制定户外活动计划。

　　其次，我园活动形式多样将平时幼儿爱玩的游戏活动，音乐活动，及民间体育活动作为大的方向。让幼儿易懂，易学。例如小班活动主要锻炼幼儿的协调能力《蛇形跳》《打保龄球》《跳积木》等

　　中班活动主要创设孩子的探索空间，用一种材料可以多种玩法《玩圈》套圈，滚圈，跳圈，等等。孩子的想象力和创造力得到了丰富和发展。

　　大班活动传统的民间游戏《老鹰捉小鸡》《打鸡蛋黄》《踢口袋》《跳房子》等，孩子们百玩不厌，在游戏中奔跑，嬉戏，叫喊，尽情释放着他们的快乐。在不知不觉中他们在进行体能训练和规则教育。

　　这些活动最突出的特点之一是真正以幼儿为主体，活动面向每一个孩子，让每一个孩子都能感受到参加集体活动所带来的快乐。

　　再次，我园活动内容新颖，利旧利废。

　　这次活动各班级的老师们都充分发挥了自己的想象力和创造，把身边可利用的各种废旧物品制成孩子们活动的器械，如饮料瓶、易拉罐等，还有的幼儿园一物多用将已有的活动器械重新改装又变成了另一种新的活动器械。

　　在幼儿自由操和器械操的音乐选择上教师们也独具创意，有的旋律激昂、有的欢快优美、有的`轻快跳跃。

　　在队列队形的变换上也充分体现了幼儿的特点。孩子们走成三角形、圆形、蛇形等等。

　　总之，这次活动充分展示了我园户外体育活动的重要性和独特的魅力，增强了老师与孩子户外体育活动的认识，提高了本园户外体育活动的质量。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！