# 幼儿园体格锻炼总结

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2025-05-15

*总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，写总结有利于我们学习和工作能力的提高。本站今天为大家精心准备了幼儿园体格锻炼总结，希望对大家有所帮助!　　幼儿园体格锻炼总结　　转眼间，一学期工作接近了尾声...*

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，写总结有利于我们学习和工作能力的提高。本站今天为大家精心准备了幼儿园体格锻炼总结，希望对大家有所帮助![\_TAG\_h2]　　幼儿园体格锻炼总结

　　转眼间，一学期工作接近了尾声，根据开学初制定的幼儿体格锻炼计划，通过各种手段、途径实施，现进行全面梳理，做以下简要总结。

　>　一、良好的体育锻炼规则是开展活动的前提。

　　大班第一学期的孩子已有了一定的自我控制能力，对于各种形式的活动都能够很好的参与。但是大班年龄段的孩子活动的力度较大，爆发性较强。所以，我们在每次活动之前都要和孩子们一起商量，修改活动规则。我们主要采用的是让孩子自己讨论、交流，得出讨论结果，然后老师在此基础上进行总结。这样有利于大班孩子的自律，也便于同伴间相互提醒、相互帮助，避免了活动中的各种安全隐患。

　>　二、丰富的体育活动内容是顺利开展活动的载体。

　　合理安排体育活动是顺利开展活动的重要手段。本学期，我们充分发挥大班全体教师的智慧，在期初一起商量讨论，针对指导幼儿协调地完成走、跑、跳、平衡、投掷等基本动作练习，提高幼儿动作练习的兴趣与技能这一点进行了深入的讨论，做了详细的记录，并互相鼓励按要求执行。

　　1、提供幼儿感兴趣的、结构简单、一物多玩的材料和自主选择活动的机会，并创设幼儿与同伴协调合作的.机会，鼓励幼儿在相互交往合作的过程中锻炼自己的体格。

　　2、继续组织幼儿听音乐律动，结合韵律活动，发展幼儿动作的协调性和与同伴合作协调的能力。选择节奏性比较强的音乐，组织幼儿进行轻器械操的韵律活动。

　　3、坚持每天保证幼儿2小时的户外活动时间，如：大型器械的活动、散步活动、户外游戏活动等，并充分利用日光、空气、水等自然因素，有计划地锻炼幼儿的体格，增强幼儿体质。

　>　三、体弱儿、肥胖儿的锻炼是活动的不懈的追求。

　　在日常的健康活动中，我们还非常的注重对体弱儿和肥胖儿的锻炼和培养。在健康活动中我们鼓励体弱儿积极参与体育活动，不断增强其体质，并适当控制他们的活动量及循序渐进的过程。我们也适当加强肥胖儿的运动强度，以做“小老师”的形式来鼓励孩子动作做到位等。

　　总之，幼儿经过半年的学习生活、体育锻炼，不管是在体育活动的规则意识养成，合作意识的加强上还是在基本动作和身体素质上，都获得了一定程度的发展，体育锻炼使孩子们的生理和心理获得了较大的发展。

**幼儿园体格锻炼总结**

　　这一学期通过走、跑、跳、平衡、投掷、钻爬、基本体操的体育锻炼和活动，幼儿的身体素质和动作协调能力都得到了明显提高。运用运动的多种方法激发幼儿的参与活动的兴趣，提高了幼儿的主体性和积极性。

　　>一、体格锻炼的具体形式

　　1、晨间户外活动：这里有队列的练习，韵律的动作的协调练习，队形的变换，自由选择与集体体锻游戏，较为系统的为幼儿进行体锻，幼儿的活动的动作的协调性和准确度有了明显的提高。

　　2、集体体锻活动：有目标、有要求针对某一项目进行有效的技能练习，发展动作和体能，单一技能掌握较好。

　　3、游戏活动：自由的户外大型玩具和小型的自制玩具的各种身体动作的练习，训练幼儿的不同部位的体格，整体的体格素质有了明显的提高。

　　>二、具体评估：

　　1、走：能够按照老师的要求根据队列的变化一个跟着一个走，并且提高了集体生活的意识，做到了不掉队、不张望、不拥挤、不抢先等；原地踏步基本上能抬头挺胸、手脚协调了。

　　2、跑：通过一系列的跑的游戏活动，幼儿的运动量提高的很快，在快跑距离为10—20米的活动中，大部分幼儿表现的.较好，个别身体素质较弱的幼儿也有了长足进步。

　　3、跳：在一系列跳的活动及冬季跳绳活动下，跳跃能力有所发展，部分幼儿学会了单脚跳，也有极少幼儿不能达到目标，需要多加指导练习。

　　4、平衡能力得到了比较好的协调发展。

　　5、投掷：幼儿非常喜欢玩自制的球类器械，投掷能力提高也很快。

　　6、钻爬：手脚着地屈膝爬的动作表现的非常灵活。

　　7、基本体操：大多幼儿能够有精神的做操，动作到位、整齐，也有部分幼儿不够协调，需加强指导。

　　总之，通过本学期来的一系列活动，每个幼儿都在原有的基础上有了一定的提高，体质也增强了。但今后还需通过各种教学活动及户外锻炼的活动，不断地提高幼儿动作协调性和灵活性，增强幼儿的身体素质。

**幼儿园体格锻炼总结**

　　这一学期通过走、跑、跳、平衡、投掷、钻爬、基本体操的体育锻炼和活动，幼儿的身体素质和动作协调能力都得到了明显提高。运用运动的多种方法激发幼儿的参与活动的兴趣，提高了幼儿的主体性和积极性。

　>　一、体格锻炼的具体形式

　　1、晨间户外活动：这里有队列的练习，韵律的动作的协调练习，队形的变换，自由选择与集体体锻游戏，较为系统的为幼儿进行体锻，幼儿的活动的动作的协调性和准确度有了明显的提高。

　　2、集体体锻活动：有目标、有要求针对某一项目进行有效的技能练习，发展动作和体能，单一技能掌握较好。

　　3、游戏活动：自由的户外大型玩具和小型的自制玩具的各种身体动作的练习，训练幼儿的不同部位的体格，整体的体格素质有了明显的提高。

　>　二、具体评估：

　　1、走：能够按照老师的要求根据队列的变化一个跟着一个走，并且提高了集体生活的意识，做到了不掉队、不张望、不拥挤、不抢先等；原地踏步基本上能抬头挺胸、手脚协调了。

　　2、跑：通过一系列的跑的游戏活动，幼儿的运动量提高的很快，在快跑距离为10—20米的活动中，大部分幼儿表现的较好，个别身体素质较弱的幼儿也有了长足进步。

　　3、跳：在一系列跳的活动及冬季跳绳活动下，跳跃能力有所发展，部分幼儿学会了单脚跳，也有极少幼儿不能达到目标，需要多加指导练习。

　　4、平衡能力得到了比较好的协调发展。

　　5、投掷：幼儿非常喜欢玩自制的球类器械，投掷能力提高也很快。

　　6、钻爬：手脚着地屈膝爬的动作表现的非常灵活。

　　7、基本体操：大多幼儿能够有精神的做操，动作到位、整齐，也有部分幼儿不够协调，需加强指导。

　　总之，通过本学期来的一系列活动，每个幼儿都在原有的基础上有了一定的提高，体质也增强了。但今后还需通过各种教学活动及户外锻炼的活动，不断地提高幼儿动作协调性和灵活性，增强幼儿的身体素质。

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！