

2023年中班第二学期体格锻炼总结 小班 体格锻炼计划第二学期(模板5篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效率，因此，让我们写一份总结吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

中班第二学期体格锻炼总结篇一

家长是幼儿的第一位老师，做好家长工作尤其重要。本学期，小班新生刚入园，班里的孩子，大多父母工作都比较忙，一般由祖父母带的比较多，孩子的自理能力比较弱，饮食习惯也不太好。新生各方面都是一个适应的过程。家长对老师，对幼儿园教育都不太了解。针对以上情况我班制订如下计划。

贯彻落实《幼儿园教育指导纲要》精神，采用各种渠道，保持家园一致。使家长更新家庭教育观念，吸收家庭教育经验，使家庭教育适应幼儿园教育要求。通过幼儿园与家庭的双向互动，共同促进幼儿的身心发展。

- 1、在开学前，对新生进行家访：了解幼儿在家情况，个性品质、行为习惯、兴趣爱等一系列内容。
- 2、召开班级家长会，认真听取家长对我们教育等各方面的意见。
- 3、建立家园联系栏：我们开办一块属于我们小（2）班的家园联系小报，每月一期，每期均有五个方面的内容：

（1）网上信息：介绍网上搜集的优秀育儿知识供家长阅读、

参考。

(2) 本月主题：介绍本班制订的适合幼儿的活动内容，让幼儿家长能够了解学校所些的内容。

(3) 星星榜：表扬在一个月中有进步和表现好的幼儿。

(4) 请你配合：在这个板块中，让家长在教学、生活过程中配合班级做一些辅助工作。

(5) 育儿宝典：介绍一些合乎季节和实际情况的保育小知识。

4、对家长反映较多、较强烈的问题要当即解决，好的建议要采纳。尽量减少一些不必要的误会。

5、做好经常性的家长工作，虚心听取家长意见，及时改进工作态度和方法，把工作做到每个幼儿和幼儿家长的心上，在家长心目中树立起良好的教师形象。人人“从我做起”以此树立起“幼儿园”在家长心目中的良好形象。

6、围绕建构式课程主题，积极开展家园互动，帮助家长及时了解幼儿园教育活动的内容和要求，对每个主题中各领域的教育内容，按月印发给家长。

7、期中请家长观摩半日活动，使家长以直观方式了解幼儿园教育内容方法，直接看到幼儿在园表现，了解教师工作情况，增强与教师的相互理解，增进情感联系，也为扩大幼儿的社会接触提供了良好机会和条件。

8、利用家园联系册和能和家长见面的机会，向家长反映幼儿当天在园的情况，遇到的问题尽量及时解决。

中班第二学期体格锻炼总结篇二

小班幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，其身体素质还相当薄弱，但对小班幼儿进行正确的、健康的体格锻炼是有必要的。因为小班幼儿身心发展十分迅速，对其进行适当的体格锻炼，有利于幼儿养成良好的身心素质。

1. 本班有幼儿40名，班内整体身体素质情况不错，喜欢参加体育活动。心理素质好，竞争意识强，喜欢竞赛类的活动。

2. 针对班中幼儿的动作发展水平的不同，在组织幼儿进行体格锻炼前应考虑到每个幼儿动作发展的不同来组织活动，照顾到幼儿的个别差异，进行不同强度的体格锻炼，让每个幼儿都得到不同程度的提高和发展。

1. 愿意参加各种身体锻炼活动，情绪稳定愉快。能对自己感兴趣的活动，持续一段时间。

2. 培养幼儿的协作能力、合群能力以及对疾病的抵抗能力，吃苦耐劳精神。

3. 能上体正直、自然协调地走和跑；能听信号向指定的方向走和跑；能在一定范围内四散跑，并注意倾听和理解老师的指令，做出相应的反应。

4. 能双脚轻松、自然地向前行进跳、纵跳。

5. 能听懂基本的口令和信号，并做出相应的动作。能较合拍地做模仿操、韵律操，体验与同伴一起做操的愉悦心情。

6. 能手膝着地协调地向前爬；喜欢与同伴一起大胆地玩大型运动器械，锻炼胆量。

7. 进一步掌握体育活动的规则及要求，不做危险动作，不影

响他人活动。在成人提醒下，有一定的运动保健意识。

(一) 幼儿晨练

1. 让幼儿能每天按时参与到晨练活动中。跑步和早操是幼儿园第一个集体活动。
3. 晨练活动应符合幼儿生长发育需要，结合幼儿年龄特点，用情景化的方式设计有趣的晨练活动。
4. 有趣的晨练活动使幼儿情绪得到一种愉悦振奋的调整。

(二) 户外活动

1. 为幼儿创设安全、丰富、轻松、自主的活动空间，让幼儿持有稳定的情绪。
2. 做间操时，教师要精神饱满，动作到位，充分调动幼儿的积极性和参与性。
3. 根据幼儿年龄特点，设计合理多样的户外活动。
4. 利用一物多玩的活动理念，设计难度递增的活动，让幼儿乐于参与，勇于挑战。

(三) 体能训练

1. 强化30米无障碍跑步练习，并增加难度到30米无障碍往返跑。
2. 训练30米双脚跳，动作标准，遵守规则，不偷懒。
3. 训练15米青蛙跳，做到动作标准，姿势正确，逐步增加米数。

中班第二学期体格锻炼总结篇三

新《纲要》指出，幼儿园必须把保护幼儿的生命和促进幼儿的健康放在工作的首位，在重视幼儿身体健康的同时，要高度重视幼儿的心理健康。运用以幼儿发展为本的教育观和儿童观进行体格锻炼教育，正确把握幼儿体格发展的全面性、全体性、差异性和可持续性，努力使幼儿身心和谐发展。培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。并鼓励幼儿养成良好的卫生习惯和自己保护能力及自理能力。

1、养成主动参与体育运动的习惯，喜欢到大自然中去锻炼身体，在运动中自觉遵守规则，具有合作、公平竞争和创新精神。

2、了解粗浅的安全知识，学习避免和处理日常生活中可能出现的各类不安全因素。

4、能较熟练地利用幼儿园多种运动器械锻炼身体，养成整理运动器械的良好习惯。在进行各种基本动作练习和做操节时动作灵活协调、具有一定的控制力。

5、具有保持个人卫生和环境整洁的良好习惯，参与周围生活场所中的整洁活动。

1、建立平等、友好、和谐的师生、同伴关系，在集体生活中让幼儿感到快乐自由，使幼儿心情愉快，形成健康的心理和活泼开朗的性格。

2、与家长配合，根据幼儿的需要建立科学的生活常规，培养幼儿良好的饮食、睡眠、盥洗、排泄等生活习惯和生活自理能力。

2、教育幼儿关心、爱护自己的器官，了解一些保护方法和自救方法，密切结合幼儿的生活进行安全、营养和保健教育，提高幼儿的自己保护意识和能力。

3、开展丰富多彩的体育活动和户外游戏活动，培养幼儿积极参加体育活动的兴趣，增强体质，逐步提高幼儿的运动能力。

4、用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的准确性、灵敏性、协调性。保证幼儿每天2小时的户外活动时间，其中1小时为户外体育活动时间。

二、三月份：

1、培养幼儿养成良好的卫生习惯，坚持每天带干净的手帕或餐巾纸，学会正确的使用。掌握爱护眼睛的基本常识，培养幼儿良好的用眼卫生习惯。

2、练习一对一对整齐地走、练习手脚着地向前爬，并能与同伴协作把物体运送到终点。练习习快速曲线钻爬，发展动作的灵敏性。

3、知道要常吃有益的、多样化的食物，并知道不偏食和定时进餐的好处。 四月份：

1、培养幼儿关心爱护周围的水环境，为家乡小河的清洁做力所能及的事情。

3、了解一些常用的交通规则，增强幼儿出行要遵守交通规则的意识。

4、练习快跑拾物及平稳走过小桥的能力，练习听信号变速跑和改变方向跑，练习肩上挥臂投准，练习两手两膝着地向前爬。

五月份：

- 1、丰富对常见食物的认识，了解营养配餐的一些常识。
- 2、了解火灾时的一些自救方法，增强动作灵敏性和用火安全意识，教幼儿认识一些安全标记、知道怎样防火、安全用电等。
- 3、练习脚套在布袋里学袋鼠跳，提高腿部肌肉力量及协调能力。

六月份：

- 1、教育幼儿懂得保护眼睛，养成正确的书写、握笔及坐、站、走的姿势。
- 2、了解换牙的知识，做好换牙的心理准备，懂得保护牙齿的方法。
- 3、练习花样传球动作，提高抛接球的准确性与协调性，练习单脚跳的动作，锻炼身体的平衡能力。

中班第二学期体格锻炼总结篇四

一、班级幼儿体育情况分析：

本学期班级幼儿年龄基本在4——5岁之间，身体器官机能尚未发育成熟，而且根据上学期幼儿在体育游戏中平衡和跳跃上能力的不足，这一学期中班将加强幼儿平衡和跳跃上锻炼，同时结合走、跑、投掷、钻爬等多种方式全面的提高幼儿的身体素质和机能，特制定了一系列符合中班幼儿体质发展的体育游戏，为幼儿的全面发展打下良好的基础。

二、学期目标：

- 1、主动参加体育活动，培养不怕困难，大胆尝试各种活动的意志品质。
- 2、能用动作模仿一些动物的'形态特征，感知动作节律的变化。
- 3、乐于尝试新的内容与玩法，积累器械活动的经验，
- 4、学习听口令进行方位变化、速度变化等不同的动作并作出反应。
- 5、能与同伴共同合作完成体育活动，在体育活动中形成良好的行为习惯。

三、具体实施：

（一）九月份

- 1、情绪愉快，并能感受体育游戏所带来的快乐。
- 2、对体育活动感兴趣，能遵守基本的活动规则。
- 3、运用多种形式，发展幼儿腿部力量，提高走步能力。
- 4、内容：

第一周：捡豆豆（集中游戏）

材料准备：用红、绿色的塑料袋编成两个大的圈。

玩法：红绿圈分别代表，红碗绿碗，将全体幼儿分成两组，分别把红豆绿豆，首先两队幼儿集体蹲在场地中央，幼儿和教师一起念儿歌。听教师口令，以最先跑进“碗里”一粒豆豆丢的一对为胜。

第二周：捉星星

材料准备：小星星的头饰若干。

玩法：教师暗示一名幼儿当科学家，其他幼儿当星星，四散的站在场地上。听口令，幼儿四处躲闪，当追捉到3——4名幼儿后，游戏重新开始。

第三周：我爱探险

材料准备：松紧带，四个纸盒做成的门。

玩法：幼儿分成四队，听到信号，第一位幼儿钻过大山洞，又过小山洞，一次类推。哪组最先赵到所有的宝贝为胜。

第四周：学做解放军

材料准备：红绿两色带子人手一根。

玩法：学习听口令并队走、左右分队走。

（二）十月份

1、能绕障碍物跑，听信号在一定范围内四散跑。

2、通过各种体育技能锻炼幼儿的弹跳力。

3、有初步的安全防范意识。

4、内容：

第一周：小青蛙跳荷叶

材料准备：青蛙头饰人手一个，用废旧纸板做成的荷叶若干。

玩法：幼儿头戴小青蛙头饰，把荷叶不规整的摆放在场地的周围，要求幼儿双脚并拢向前跳，比赛看谁先到达终点。可根据实际情况调整荷叶的距离。

第二周：长臂人

材料准备：用硬纸做成长筒，前部画上手形为长臂。

玩法：教师装上长臂为长臂人，用长臂去夹幼儿，幼儿奔跑躲闪，不让夹住，可以蹲下变成小矮人，长臂人就不能再捉。

第三周：冲浪

材料准备：长1.2米、宽0.6米的尼龙绸布四块。

玩法：两名幼儿分别握住一块绸布的四个角，让绸布充分伸展，再上下掀动，使绸布扬起、落下做“波浪”。其他幼儿做“小海军”，乘“波浪”涌起时，快速从绸布底下钻过去，即“冲浪”成功。

第四周：钻地道

材料准备：用废旧物品自制的圈若干。

玩法：参加游戏的板书幼儿，每人两手各扶一个竖立着的环，等距离的筑起一条“地道”，另一半幼儿，从第一个环钻到最后一个环，然后两组幼儿互相交换位置进行练习。

中班第二学期体格锻炼总结篇五

伴随着时间的脚步新又进入了一个新的学期，通过领导传达本学期的工作重点以及具体安排，使我有明确的工作目标，以至更清晰地朝着计划去实施。并以饱满的精神状态投入到每日工作中，并将在工作中超越自我，为了做好各项教育教

学工作，促进幼儿身心各方面的健康发展，根据幼儿园工作计划，结合本班的实际情况，这学期从以下几个方面开展工作：

新的学期新的希望，新的学期新的挑战。在经过中班一年的共同学习和生活后，我们一起迎来孩子们在幼儿园的最后一年，我们在《纲要》的精神和《园务计划》的引领下，根据本班实际情况以及家长的建议，经过讨论我们拟定了本学期班务、教育教学工作重点和方向，我们将提供多元整合的学习机会，充分利用各种资源，以开放的态度，陪伴幼儿一起经历这有意义的新学期。

本班现有幼儿x名，男孩x名，女孩x名。经过了上学期的学习，大部分幼儿能与同伴友好相处，并能帮助有困难的幼儿；我班幼儿的口头表达能力比上学期好了不少，能表达自己的想法和意愿；幼儿在自我服务方面也有了很大的进步，能自己的事情自己做，并能帮助老师、家长做一些力所能及的事情。

但经过两个月的假期生活，许多幼儿的常规意识淡薄，活动时，许多幼儿没有正确的坐姿，积极动脑举手发言的幼儿不多，有的幼儿还要与同伴说悄悄话，影响其他孩子的学习，课间有追逐打闹的现象。部分幼儿来园离园时不能主动的跟老师、同伴问好。针对以上不足，我们在幼儿的一日活动各环节和各科教育教学中都有效渗透了相关教育。

- 1、继续抓好一日活动常规，培养良好的学习习惯和生活卫生习惯。形成有序的生活、学习、游戏的氛围。
- 2、加强教学活动，加强自身的学习，提高自身的业务素质。
- 3、围绕本班子专题，做好户外体育活动。
- 4、环境创设，丰富主题墙内容。

5、确保幼儿安全，优化班级生活。

6、加强家园联系，做好与家长之间的沟通，体现互动精神。

（一）继续加强班级常规教育工作，培养幼儿良好的学习习惯。

1、对幼儿的学习常规的培养，我们制定了“我们的约定”栏，有卫生要求方面、上课纪律方面、礼貌常规方面等四个板块，幼儿进行评比。

2、对幼儿进餐常规的教育：让幼儿一口饭、一口菜地进食，不剩饭菜、保持清洁、餐后的清理和安静活动，在吃饭时不东张西望、不讲话。

3、培养幼儿的礼貌常规：来园、离园时看到老师能主动的打招呼或说再见。

（二）加强教学活动、丰富环境创设和区域内容：

1、在教学活动方面，我们注重创设良好的学习氛围，让课堂充满活力。使孩子们从心理上充分感受到自己已经长大了，激发幼儿对学习生活的渴望。

2、在布置主题墙与主题活动相关，融入到我们的主题教学中，成为我们主题活动的有机组成部分，让幼儿与环境进行有效地对话，同时为下一个主题做好铺垫工作。

3、我们根据小班幼儿的年龄特点，开展了一些丰富多彩的区域活动，如：科学区、数学海洋、识字区、益智区、阅读区，在这些区域当中，我们注重幼儿遵守活动的规则，培养幼儿在活动时的规则意识。

（三）保教结合，优化班级严格执行卫生消毒制度，及时开

窗通风。随时把幼儿的健康安全放在首位。同时将采用各种形式让幼儿学习自我保护和处理紧急情况的应变能力及方法。对班内体质差，进餐慢的幼儿进行重点照顾，使他们的体质有一定的提高。

加强对幼儿的安全知识教育，平时利用晨间谈话、教学活动、游戏活动，对幼儿进行浅显的安全常识教育，提高幼儿的安全意识和自我保护能力，防患于未然。

（四）加强自身的学习，提高自身的业务素质

1、加强业务学习，认真备课、写好各类计划，并及时进行反思。

2、参加业务素质的进修和学习，提高自己学历水平，平时多看一些关于教育理论的书籍，更新教育观念。

家园共育是幼儿健康成长的基础，是幼儿园工作的重要环节。孩子能够茁壮成长，也是老师和家长的共同愿望。如何更好的拉近家园距离，其效果直接影响班级工作的成效。让家长了解孩子一周上课的内容、每一周哪些孩子在各方面都有进步，同时张贴一些育儿经验，让家长在教育孩子方面得到解惑。请家长参与我班的家长助教活动，来园做一天老师，使家长成为幼儿园的协作者与支持者，实现了家庭与幼儿园更为平等更为广泛的教育互动。