

2023年中班体格锻炼活动总结报告(模板6篇)

整改报告是对我们工作中存在问题和不足之处的梳理和总结，是推动改进的重要工具。如果你不知道该如何写一份辞职报告，可以参考以下范文和写作技巧。

中班体格锻炼活动总结报告篇一

- 1、对于基本动作的要求明显要高一些，比如说走，就可以加入侧走，四散跑和躲避，增强幼儿动作的灵活性。
- 2、跑的基本练习可以加入跳过障碍物和绕过s型障碍物的跑。也可以增加接力跑这些有竞争的活动。
- 3、在投掷的练习中，增加两人间的相互抛球，可以锻炼幼儿手眼协调控制的能力，发展幼儿的反应力和动作的协调性。
- 4、通过钻、爬等体育活动的锻炼，提高幼儿大肌肉动作的灵敏性和灵活性。
- 5、幼儿平衡能力重点是幼儿的`前庭平衡和四肢协调和重心的控制。体育活动很多都涉及到平衡的控制，所以幼儿平衡能力对控制身体动作，提高动作的协调性至关重要。

1、引导幼儿学习新的徒手操，动作难度简单易学，便与幼儿模仿！开始引导幼儿学习新的轻器械操，使幼儿进行器械活动，增强对基本的体操的喜爱。

2、通过轻器械操，可以更大程度上锻炼幼儿身体，提高幼儿手眼协调配合的能力。

1、培养幼儿基本的队列队形知识，逐步教会他们集合的基本

队形，队列的要求。

2、通过一段时间的练习，基本达到集合时队形整齐，队列有序的要求。加强幼儿基本走、跑等队形，基本达到可以的立正时双手放好，两眼向前方，能都整齐的走，小跑步等。

1、学习抛接皮球，可以把气球抛起来并基本能够接住皮球。发展幼儿抛接球，能够很好的锻炼幼儿手眼协调能力和反应能力。如果幼儿达到能够接住皮球就基本达到大脑能够很好的控制身体协调的进行运动。

2、拍球能够很好发展幼儿手臂和手部小肌肉的协调运动！可以发展幼儿控制身体的能力，提高动作的灵活性和协调性！

中班体格锻炼活动总结报告篇二

随着春节的临近，一学期工作又结束了，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。

大班上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。

中班体格锻炼活动总结报告篇三

本学期我们继续以《幼儿园指南》和《纲要》为指南，以幼儿的发展为根本，根据幼儿的生长发育和体育活动的规律，以多种形式开展活动，充分利用空气、阳光、水等自然因素，

保证幼儿每天有2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿运动能力的发展与提高。

在园部为幼儿提供各种活动器械和材料的基础上，我班老师又为幼儿自制了很多游戏材料，如飞镖打怪兽、桌球、保龄球、举重、赶小猪、小棒、打雪球等。为幼儿开展丰富多彩的活动提供了条件。同时还发动家长，请家长配合共同制作游戏材料，如沙包、袋鼠跳等等，进一步丰富了孩子的活动。平时老师就有意识地利用这些材料，组织幼儿进行锻炼，并要求幼儿自己探索，怎么让同一种材料玩出不同的方法，从而锻炼身体各个部位，提高各方面的运动技能。

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。经过一学期的练习，各方面都达到了预期的目的。

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：在一系列跳的活动练习下，跳跃能力有所发展，绝大部分幼儿学会了单脚跳，在以后的活动中可继续巩固。
4. 通过走轮胎小路、平衡木、边沿等，孩子的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得非常灵活。

7. 基本体操：多数幼儿能够有精神地做操，动作到位、整齐，也有个别幼儿不够协调，需加强指导。

针对班级中的肥胖儿，我们一直注意要求他多加锻炼。户外活动时带领他多运动，进行跑、跳等有强度的训练。进餐中，保证让他先喝汤。平时做好晨、午检工作，及时发现孩子是否有身体异常，对幼儿给予更多的关注。联系家长，请家长同步对幼儿身体发长情况进行关注，在家里也督促孩子进行户外锻炼。平时严格执行带药制度，和保健老师配合，为带药幼儿做好服药工作。

通过本学期的一系列活动，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。今后将继续关注，不断地提高幼儿动作协调性和灵活性，增强他们的身体素质。

中班体格锻炼活动总结报告篇四

幼儿期是建立人的全面发展的身体素质和健康行为方式的关键期。而小班孩子刚刚从家庭的小环境到幼儿园这个大集体，面临着一个环境的转变，对此我们由衷地感到发展提高他们的身体素质和健康行为方式有多么重要。本学期，我们根据幼儿的生长发育和体育活动的规律，以多种形式：如体育游戏，户外活动，散步，户外小型器械练习等，保证幼儿每天有1-2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿运动能力的发展与提高。

本学期我们组织幼儿学习了小班晨间韵律操、小班午间操，每天都安排户外健康锻炼时间，晴朗的日子都会利用午餐后的一段时间，带小豆豆们在幼儿园内散步，感受四季变化，以此唤起幼儿对大自然的热爱并激发幼儿对户外锻炼的兴趣。同时，我们更注重在一系列的健康锻炼活动中，促进小班幼儿运动能力的发展与提高，相继开展了以下一些健康活动：

《小兔搬家》、《我送妈妈一个吻》、《找鸡妈妈》、《小空军》、《伙伴连》、《我是小鸡蛋》、《跳房子》、《小鸡捉虫》、《把球滚过门》、《小风车》、《口哨舞》、《球门叮当响》等。在这些活动中较好的锻炼了豆宝们滚球、平衡走、拖物走、两膝两手着地爬、走和跑交替、钻过障碍物及弹跳的基本技能。

在活动中检查幼儿的着装是否适合参加体育锻炼，在准备活动之后是否先脱去一件外套再开始高强度的活动。关注幼儿出汗情况，及时调整活动量。除此以外，还应根据季节气候来安排运动量，三、四月份，天气比较冷，安排的体育游戏强度、密度要大一些，在五月份和六月份，天气比较炎热，安排的活动量适当小一些。每天保证二小时的户外活动时间，其中一小时为体育活动，让幼儿在阳光下，尽情地运动，提高身体机能。

在活动中要求幼儿遵守规则，不推、不挤前面的小朋友，不做危险的动作，经过一个学期的这些习惯已基本养成，这些习惯的养成，就避免了在活动中事故的发生。

体育锻炼是幼儿全面发展的重要领域之一，值得每个教师付出更多的关注，健康活动不但能使幼儿从体验到成功的快乐，而且能让幼儿在感受快乐的.同时发展幼儿的身体机能。让我们在热爱幼儿生命的同时，更多地关注起幼儿的健康吧！

中班体格锻炼活动总结报告篇五

结合幼儿园实行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，从开学初开始，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。

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。

总之，这次活动充分展示了我园户外体育活动的重要性的独特的魅力，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！

中班体格锻炼活动总结报告篇六

本着锻炼幼儿体质、锤炼幼儿意志的意愿，我班根据幼儿年龄特点，开展了相应的学习和锻炼练习活动。为了给幼儿展示自己学习本领的机会、提高幼儿的竞争意识和团队意识，本着“面向全体”——给予每个孩子锻炼的机会，现将体育锻炼总结如下。

幼儿是活动的主体，教师要激发幼儿活动的兴趣，帮助幼儿建立良好的活动动机，产生对教师提供的练习材料和教给的玩的方法的好奇心，有强烈的参与练习的要求、愿望，练习才会事半功倍。因此，教师提供的材料是非常重要的。首先是教师是提供材料要考虑到，既要可玩性强、锻炼目的明确，又要降低制作的成本，都利用起了废旧物品。如：利用废报纸、塑料袋、废纸板、碎布、木夹子、碎纸屑、丝袜、米、废罐子、木筷、包装带等制作了纸棍、曲棍球、飞碟、袋袋球、彩色飞镖、梅花桩、障碍物、“山洞”、高尔夫球棒、拉力器等器械，由于这些器械所用的材料都是平时常见的，所以我们发动了孩子们一起收集材料并参与制作，如：废旧的报纸卷成小棒状，外面粘上漂亮的彩纸，变成“金箍棒”、用废旧的轮子装在小竹杆上变成漂亮的独轮车、把碎布穿入绳中做毽子等，正因为参与了制作，孩子们玩起来非常感兴趣，能够投入地参加体锻活动。

在提高幼儿活动兴趣的同时，我们还从器械的多功能性考虑。先是在园领导设想下和老师上网查询了解了体锻器械的一物多玩，帮助大家开阔了思路。然后把大家制作的器械分类，讨论同类型器械的多种玩法，如：小滚灯，既可以两人合作抛接，又可以吊在绳上练习跳、摸高，还可以用板拍等。在进行室内体锻活动的’展示和观摩中，发现通过学习、研究，提高了孩子的认识，活动内容逐步丰富，体锻器械趋向多元化，器械种类丰富多样，如投掷类就有飞镖、纸球、沙包、毽子等等，而飞镖也是各式各样，有kt板飞盘、木夹彩带等，满足了幼儿自由选择自己喜欢的小器械的需求，同时发展了

幼儿的活动能力和动作的协调性。根据体锻器械的多种玩法，我们还商讨研究了适合各年龄段幼儿的玩法。如：

纸棒：我班在户外把它作间隔物练习走、跨、跳；用纸棒顶球；骑“小马”，还玩赶“小猪”的游戏；竖起小棒拍手后接住；双人持棒“炒黄豆”，让幼儿自由选择。在体锻活动中，大胆挑战自己，收到较好的效果。

体锻活动中，既丰富了幼儿户外活动内容又填补了室内活动器械的贫乏，使我班幼儿体锻的积极参与性和动作能力的发展有了明显的提高，也使他们在快乐、有趣的活动中增强了体质，获得自信和成功。

要使儿童在户外体锻中具有自己支配和控制的权利，就必须给儿童提供相应的机会，均等的机会，能保证每个儿童在此时此地去自由选择自己想玩的内容器械。在活动中从不指定和安排而人为造成“玩不到想玩的”或“老师让我玩的”等现象的发生，给幼儿提供了自主性的发展。如在活动中，老师重点介绍一样器械，让幼儿自己探索玩法，后重新自己挑选其他器械玩，让孩子充分体现活动的快乐。

通过开展形式多样、丰富多彩的户外游戏、体育活动和竞赛，培养幼儿对体育活动的兴趣，增强幼儿的体质，大部分幼儿能够战胜胆怯的心理，克服了困难，坚强勇敢的意志品质和主动、乐观、合作的态度，从孩子们身上很好的体现出来。通过这些锻炼，孩子们的身体变得更加强壮了，以致我班幼儿的出勤率还不错。

家长半日活动的晨间体锻时，我们向全体家长展示了幼儿参加体育锻炼的成果，体育活动内容贯穿到幼儿表演的韵律操、拍手操中，他们的表现让家长们感到震惊、欣喜，也达到我们面向全体幼儿进行体育锻炼的目的。家长们的肯定更加鼓励了我们，继续坚持让幼儿参与体育锻炼的决心，虽然其中有很多辛苦但也是值得的。