

最新幼儿体格锻炼总结 大班幼儿体格锻炼计划(优质10篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

幼儿体格锻炼总结篇一

健康教育是以健康为目标，以卫生科学、体育科学为内容的教育，也是对幼儿进行保护身体和促进心理健康的教育。幼儿期是处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质和健康行为方式。幼儿的体能训练是影响幼儿生长发育、减少疾病、增强体质以及促进智力发展的积极重要的因素。

大班是幼儿生长发育和身体各项技能发展的关键时期。根据《纲要》精神及大班幼儿的生理特点和活动特点，根据本班幼儿的年龄特点，结合幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段。发展幼儿的走、跑、跳、钻、爬等能力以及身体的协调能力，增强幼儿的体质，培养幼儿活泼开朗的性格。以锻炼幼儿的身体，增强幼儿体质，促进幼儿身心全面健康的发展为目的。

1. 能掌握有关体育活动的基本知识，能自觉遵守体育活动的规则和要求，合作、负责、宽容、爱护公物；有较强的集体观念；敢于克服困难，体验胜利后的喜悦。
2. 热爱并积极参加各种身体锻炼活动，初步养成自觉参加体育锻炼的习惯。

3. 能听口令和信号做出相应动作，能按信号迅速集合、分散、整齐列队、变化队形。会听口令立正，稍息，看齐，向左（右）转、原地踏步，立定，便步走，齐步走，跑步走，左（右）转弯走，会听信号左右分队走。
4. 能双脚熟练地改变方向跳；能立定跳远，跳距不少于40厘米；能助跑跨跳平行线，跳距不少于50厘米；能助跑屈膝跳过高度约40厘米的垂直障碍。
5. 能熟练协调地侧身、缩身钻进50厘米高的障碍物，能手脚交替、协调熟练地在攀登架上爬上爬下；能熟练地在垫上前滚翻、侧滚。
6. 会玩低单杠、秋千等大型体育活动器械；会踩高跷、跳绳、跳皮筋，会运球、传接球，会用绳、圈或其他废旧材料开展多种多样的身体锻炼活动。
7. 能轻松自如地绕过障碍曲线走和跑，能快跑30米或接力跑，能听信号左右分队走。
8. 能半侧面单手投掷小沙包等轻物约4米，会肩上挥臂投掷轻物并投准目标；能抛接高球，或两人相距2~4米互抛互接大球。
9. 能独立或合作收拾小型体育器械。
10. 能在宽15厘米、高40厘米的平衡木上变换手臂动作或持物走，能两臂侧平举，闭目起踵自转至少5圈不跌倒；能两臂侧平举，单足站立不少于5秒钟。

九月份：

1. 学做广播操、武术操
2. 户外器械练习：玩沙包、玩飞盘、套圈

3. 集体活动：听信号变换方向走、变速跑等

4. 体育游戏：猫捉老鼠、袋鼠相斗、小乌龟上山坡

十月份：

1. 根据音乐，熟练地做武术操、广播操

2. 户外器械练习：羊角球、跳跳球、溜溜球等

3. 集体活动：学习连续跳绳、背篓投球、捉尾巴等

4. 体育游戏：大风和树叶、踩影子、小小拳击手等

十一月份：

1. 学习少年拳，节奏准确，动作标准

2. 集体活动：勇敢的小兔、快乐的小牧民等

3. 环境活动：走上下楼梯、围绕环形场地快走等

4. 体育游戏：老鹰捉小鸡、贴烧饼、找朋友等

十二月份：

1. 户外器械练习：抛接球、网小球等

2. 集体活动：接力跑、玩袋、跳绳比赛等

3. 体育游戏：捉小鱼、丢手绢、猴子摘桃等

4. 园内散步

一月份：

1. 户外器械练习：平衡木、过山洞等
2. 集体活动：小动物接力赛、钻爬障碍物等
3. 体育游戏：切西瓜、螃蟹赛跑、过独木桥等
4. 园内散步

幼儿体格锻炼总结篇二

大班共有5个班级，有几位小朋友平时的体质较差常生病，对于这些幼儿应多提供给他们户外锻炼活动的机会，逐渐地增强他们的体质。针对年级中各幼儿的动作发展水平的不同，在组织幼儿进行体格锻炼中应考虑到各种动作发展来组织活动，照顾到幼儿的个别差异，进行不同强度的体格锻炼，让每个幼儿都得到提高发展。现根据《幼儿园指导纲要》中健康领域目标及大班幼儿的年龄特点及身心发展需要制定了体格锻炼计划如下。

大班是幼儿生长发育和身体各项技能发展的关键时期。根据《纲要》精神及大班幼儿的生理特点和活动特点，根据本班幼儿的年龄特点，结合幼儿的生长发育和体育活动规律，以身体练习为基本手段。发展幼儿的走、跑、跳、钻、爬等能力以及身体的协调能力，增强幼儿的体质，培养幼儿活泼开朗的性格。以锻炼幼儿的身体，增强幼儿体质，促进幼儿身心全面健康的发展为目的。

走：听信号变速走、变方向走；绕过障碍曲线走；一对一整齐走；较长距离远足。

跑：听信号变速走、变速跑；四散追逐跑、躲闪跑；快跑25—30米；走、跑交替或慢跑300米；绕过障碍跑；接力跑；大步跑。

跳跃：纵跳触物、跳远；助跑跨跳，行进向前侧跳、转身跳；改变方向（前、后、左、右）跳；由高出往下跳；助跑跳高；跳绳、跳皮筋、跳蹦床。

平衡：闭目起踵自转；单足站立；走平衡板；变换动作走平衡木（斜坡）。

投掷：半侧身肩上挥臂投远，投准（篮）练习；抛接球；用球击靶（或活动靶）；套物、运球、踢球。

钻爬：侧钻低障碍；灵活横爬（侧爬）；爬越。

攀登：手脚交替灵活攀登各种设备。

基本体操：徒手操，轻器械操。

器械类活动和游戏：低单杠、秋千等；脚踏车、轮胎等；高跷、跳绳、皮筋、球、绳、积木等。

九月份：

1. 学会听信号做轻器械操和徒手操。
2. 队列练习中学习听口令向左、向右转。
3. 掌握多种走步方法，能独立想出新的走步方法。
4. 听信号变换方向走、变速跑，发展跑步的兴趣。
5. 练习单脚站立。
6. 两人相距较大距离抛接球。
7. 学习正确的运球方法。（原地运球、高低运球、左右手交替运球、行进间运球、虚晃运球等）

8. 能用各种方式从大垫子上通过。

十月份：

1. 动作准确、合拍地做操。
2. 练习立定跳远。
3. 在高低不同的平衡凳上走，并稳稳跳下。
4. 练习四肢比较协调、灵敏地钻爬障碍物。
5. 继续学习正确的运球方法。
6. 学习连续跳绳。
7. 走轮胎练习，逐步加快速度，并保持平衡。
8. 全身协调地从高30cm左右的绳下爬过。

十一月份：

1. 继续学习听信号改变方向走、跑、快跑。有强烈的提高跑步的愿望。
2. 对摆放于地面的物品进行瞄准投掷练习。
2. 一只脚踩在四轮滑板上，另一只脚蹬地前进。
3. 趴在四轮滑板上活动，保持平衡。
4. 知道根据天气变化，运动前后及时增减衣服。
5. 继续学习运球和跳绳。

6. 学习玩滑板车。

十二月份：

1. 对悬挂的物品进行投掷练习。
2. 学习集体接龙跳绳。
3. 进行接力跑、大步跑的练习。
4. 跳高练习。
5. 探索布袋的各种玩法。
6. 初步养成活动中自己擦汗、累了休息的习惯。

一月份：

1. 继续练习助跑跨跳。
2. 继续练习运球，练习边走边运球并绕过障碍。
3. 继续练习连续跳绳。
4. 继续进行投掷练习。

幼儿体格锻炼总结篇三

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它可以有效锻炼我们的语言组织能力，快快来写一份总结吧。总结怎么写才不会千篇一律呢？下面是小编为大家整理的小班幼儿体格锻炼总结，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

随着新年炮竹声的临近，才恍然发现20xx年正在离我们远去。我们将要迎来崭新的20xx年。根据开学初制定的幼儿体格锻炼计划，通过各种手段实施，现总结如下：

在活动中检查自己的鞋带是否系好，冬天在高强度的活动前是否先脱去一件外套。在活动中遵守规则，不推、不挤前面的小朋友，不做危险的动作。这些习惯在每次的活动前教师总是要嘱咐、关照。久而久之，幼儿已养成这些好习惯，这些习惯的养成，就避免了在活动中事故的发生。

幼儿的活动量一是根据幼儿的体质状况来安排，如肥胖幼儿的运动量适当大一些，生病幼儿不宜参加强运动的活动。对能力弱的幼儿提的要求不能太高，要循序渐进来完成。

九、十月份，天气比较炎热，安排的体育游戏强度、密度要小一些，在十二月份和一月份，天气比较寒冷，安排的活动量适当大一些，如长跑、跳绳。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。

巧妙安排各种活动，使各种基本动作均得以培养、发展每天安排的活动，不能停留在为发展某个基本动作。为了使每个基本动作都能得到发展，每天都安排不同的游戏，使幼儿在走、跑、跳、钻、平衡、投掷等基本动作都科学、合理地得到发展，并在游戏中培育幼儿反应灵敏性和动作协调性。

在日常体育活动的基础上，我们积极主动的寻找孩子们在体育活动中的兴趣点、以及薄弱环节。针对孩子们出现的问题我及时用一些小游戏或者进行适当的练习来克服孩子动作发展过程中出现的问题。

同时，我们还根据不同的季节选择相适应的体育活动内容。使孩子们在轻松适意的活动环境中，享受体育锻炼带来的快乐，喜欢体育运动。

一学期的时间匆匆而过，下学期将根据本班幼儿的特点，继续扎实地开展各种体育活动，使幼儿的身体机能合理、健康地发展。

幼儿体格锻炼总结篇四

幼儿期是处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。教师为他们提供良好的保育和教育则有利于幼儿形成有益终身的健康行为方式。

首先：在幼儿健康教育的过程中，必须丰富幼儿的健康知识，教给幼儿促进和保持健康的方法行为，从而使幼儿养成良好的生活习惯，卫生习惯和体育锻炼习惯。可以用丰富的知识、动作和行为练习、讲解示范、体育游戏，训练行为，培养习惯等方式进行。

其次：在幼儿健康教育的过程中，要发挥健康教育的各种功能。

最后：在培养幼儿健康行为过程中，要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育，改变整个群体的行为卫生习惯，来影响个体行为的形成，“大家都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

附具体的健康教育内容如下：

- 1、能运用各项基本动作做游戏。指定范围内走和跑；四散走和跑；在直线、曲线上走和跑；双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、体育器械的运用及操作。会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育器材;会滚球、传球;会骑三轮车等。

3、愿意参加各项体育活动及游戏

1、生活自理能力的培养。会愉快进餐，不挑食，初步培养良好进餐习惯;会主动喝水，懂得不吃零食的道理;能按时睡觉、起床、进餐等;不害怕健康检查和预防接种，生病时愿意接受治疗。

2、生活卫生习惯的培养。会保持身体各部位的清洁卫生、学会盥洗方法;会使用自己的毛巾、杯子;能保持周围环境清洁、初步知道环保的意义;认识身体器官的名称及作用，初步了解保护方法;养成良好的生活作息时间。

了解过马路、坐车、玩户外活动器材时要注意安全;帮助幼儿了解生活起居方面的安全知识;知道不把异物放入耳、鼻、口内;知道不轻信陌生人的道理。

幼儿体格锻炼总结篇五

1、大班共有39个小朋友，其中四分之一是外地转来的新生。在他们当中，由于遗传素质的不同，加上生活环境不同，因此，在动作发展方面存在着一定的差异。有几位小朋友平时的体质较差常生病，对于这些幼儿应多提供给他们户外锻炼活动的机会，逐渐地增强他们的体质。还有些小朋友长得较胖，动作发展也不够好，对于他们应加强活动的强度，逐渐地增强他们的体质。

2、总之，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中应考虑到各种动作发展来组织活动，照顾到幼儿的个别差异，进行不同强度的体格锻炼，让每个幼儿都得到提高发展。

- 1、走：听信号变换方向走。
- 2、跑：听信号变速跑或改变方向跑；跑走交替，距离为200—400米。
- 3、跳：原地纵跳触物；助跑跳过不少于宽50厘米的平行线；练习跳绳。
- 4、平衡：两臂侧举，单独站立5—10秒钟；在有间隔的物体（砖、木块、硬纸板）上走。
- 5、投掷：两人相距2—4米抛接大球；肩上挥物投远。
- 6、钻爬：协调灵活地钻爬攀登障碍物，练习侧滚。
- 7、基本体操：徒手操。口令：向左（右）转，原地踏步、立定、左（右）转弯走。

周次 内容

2 圈儿变变变

3 纸棍造型

4 踩高跷

5 抓尾巴

6 火眼金睛

7 小伞兵

8 滚龙珠

9 光线宝宝来喽

10 七色花开

11 滚球门

12 乌龟一家

13 好玩的稻草球

14 狐狸和猎狗

15 怕痒的红布头

16 跨跳竹编

17 孙悟空和孩儿们

18 卷炮仗

幼儿体格锻炼总结篇六

本班幼儿共28人，男孩14人，女孩4人，。由于年龄较小，以及在情感、遗传、爱好等的原因，孩子的动作发展方面也有一定的差别。如一些动作能力发展比较好的幼儿他们动作较为协调、灵敏。但也有一些幼儿的灵活性相对差些。本班孩子活泼好动，喜欢与同伴游戏，模仿性强，仍有的孩子自制能力差。

（一）《幼儿园教育指导纲要》（试行）中关于教育目标的论述：促进幼儿身体正常发育和机能协调发展，增强体质。培养良好的生活习惯、卫生习惯和参加体育活动的兴趣，培养自信、友爱、勇敢、守纪律等良好品质和行为习惯。

（二）掌握幼儿身心发展规律，重视幼儿动作发展的辅导。0-6岁是儿童动作发展的关键期。最初的动作和基础

性的动作都是在这个时期学会。儿童的基本动作都要经过练习帮助其掌握，指导孩子掌握动作要求一定的技术。有目标、有计划地分步训练。

1、引导幼儿积极主动地参加集体活动。

2、练习幼儿走、跑、跳、投掷、平衡、钻爬、等基本动作，帮助幼儿掌握有关的粗浅知识，使其动作协调、姿势正确。

3、培养幼儿在体育活动中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、不怕挫折等良好品质。

4、逐步提高幼儿的做操兴趣和能力，发展幼儿的空间概念。

1. 能单手自然地将沙包投向前方。

2. 能手膝着地（垫）自然协调向前爬。

3. 初步学习滚球、踢球。

4. 能轻松自然地双脚同时向前跳、向上跳。

5. 能较轻松地双脚交替跳着走。

7. 能在宽25厘米、高或斜高20厘米宽的平衡木或斜坡上走。

8. 学习听音乐节拍做体能操。

9. 培养幼儿参加体育活动的兴趣，能和老师一起收拾使用过的体育器械。

幼儿体格锻炼总结篇七

1. 我们中班组有2个班，现有52名幼儿，包括插班生10名。其中男28人，女24人，男生比例要比女生高，给活动带来一

定的生机。

2. 中班的孩子已会走、跑、跳、攀登、钻圈、弯腰、投掷等动作，动作也较灵活，为体格锻炼准备了一定的基础条件。

3. 大部分幼儿性格开朗，但性格胆怯，做事欠恒心，绝大多数幼儿不能欣赏别人的优点，遇到困难容易退缩。

4. 体育活动形式缺乏多样性，活动器材不够丰富。

1. 喜欢并能积极参加各种身体锻炼活动，初步养成参加体育锻炼的习惯。

2. 能按节奏上、下肢协调地走和跑，能听信号变速走、跑，能绕过障碍物跑，能听信号变成分队走，一路纵队跑。

3. 能原地自然蹬地起跳触物；能双脚熟练地向前跳；能从30~35厘米高处自然跳下，落地轻。4. 能肩上挥臂投掷小沙包等轻物，能自抛自接低（高）球或两人近距离互抛互接大球。

5. 能在宽20厘米、高30厘米的平衡木上走，能原地自转至少3圈不跌倒，能闭目向前走不少于10步。

6. 能熟练协调地在60厘米高的障碍物下钻来钻去；能手脚熟练地在攀登架上爬上爬下；能在垫上团身滚。

7. 能较熟练地听各种口令和信号做出相应的动作；能听信号较快地集合、分散，排成4路纵队；能随音乐节奏做徒手操和轻器械操。8. 会玩跷跷板、走小桥等大型体育活动器械；学习左右手拍球，会用球、绳、圈或其他废旧材料开展多种多样的身体锻炼活动。

9. 具有一定的对环境的适应能力和抵抗疾病的能力。

10. 掌握有关体育活动的基本知识，能自觉遵守体育活动的规则和要求，团结友爱，爱护公物；具有一定的集体意识。

11. 能及时收拾和整理小型体育器械。

1. 幼儿早操活动

幼儿早操活动是锻炼幼儿身体、增强幼儿体质的有效手段。除了排队、变换对形和基本体操练习外，各种简单的模仿性动作、配有音乐的律动、舞蹈、活动量不大的体育游戏和利用小型器械开展的活动等都可以作为幼儿早操活动的内容，因此我们要力求早操活动内容的丰富多样，使幼儿愉快而精神饱满地开始一天的生活，精力充沛地投入到一天的生活、学习和游戏中去。本学期，我们将根据幼儿的年龄和身心特点重新设计编排幼儿韵律操《健康歌》《洗刷刷》。

2. 幼儿户外活动

保证幼儿每天有足够的户外活动时间，以便使幼儿得到足够的日光照射和充分呼吸新鲜空气的机会，孩子经常在户外活动，不仅能加快新陈代谢，促进血液循环，而且随着气温的变化，还能提高体温的调节功能，提高幼儿机体对气候变化的适应能力，以增强幼儿对疾病的抵抗力。

(1) 保证幼儿每天有1-2小时的户外体育活动的`时间。

(2) 根据幼儿园的现有条件，开展小型多样的体育活动。

(3) 幼儿秋游活动

(4) 组织幼儿每天午餐后的散步3. 幼儿体能训练

每天晨锻时，我们会带领孩子在阳光充足、空气新鲜的户外做动作简单的模仿体操及各种运动性的集体游戏。例如运球、

顶沙包走路过障碍物、走高跷过小河等，培养孩子动作的协调性。下午午睡起床后进行体育运动训练，我们将根据孩子的能力差异安排不同的活动内容，并一段时间更换不同的锻炼项目，每一周对孩子的运动情况做好观察，并且针对每一个孩子的能力差异不断调整运动计划，使每一个孩子都能获得提高，都能感受到成功的喜悦。

幼儿体格锻炼总结篇八

20xx年xx月xx日上午

xx市xx社区

1、制作爷爷奶奶的礼物、贺卡。

2、学习歌曲《感恩的心》。

3、学习弟子规：《入则孝》。

1、在学会念童谣的基础上，尝试匹配旋律演唱歌曲。

2、能根据歌曲的内容创编动作进行表演，增进对爷爷、奶奶的情感。活动准备：幼儿学习过童谣《给爷爷、奶奶敲敲背、捶捶腿》。

活动过程：

1、回忆童谣的内容。

2、欣赏歌曲的旋律，尝试用拍手表现歌曲的节奏。

3、学习演唱歌曲。

(1) 自由尝试随歌曲的旋律进行配唱。

(2) 欣赏教师演唱歌曲。

(3) 集体学唱歌曲。

4、根据歌曲的内容创编动作进行表演。

(1) 根据歌曲内容讨论表演动作。

(2) 扮演角色进行表演唱。

5、我和爷爷、奶奶过重阳主要涉及领域：综合活动目标

1、在和爷爷、奶奶一起过节的过程中，初步了解重阳节人们喜欢进行的一些活动。

2、能积极参与活动，用自己的方式表达对爷爷、奶奶的关心、爱护。

3、增进和爷爷、奶奶的感情。

活动准备：

1、幼儿已有过重阳节的初步经验。

2、邀请老人来园和幼儿共同过重阳节。

3、重阳糕，幼儿自己制作的。送给爷爷、奶奶的礼物，幼儿排练的童谣、歌曲等节目，爷爷、奶奶准备的节目。

活动过程：

1、欢迎爷爷、奶奶来园一起过重阳节。

2、了解活动的内容，讨论相关问题。

(1) 谈话，初步了解重阳节人们喜欢进行的活动。

(2) 讨论怎样帮爷爷、奶奶度过一个快乐的节日。

3、和爷爷、奶奶一起登高。

4、表演、品尝活动。

(1) 为爷爷、奶奶表演节目、送礼物。

(2) 爷爷、奶奶表演节目，和幼儿共同品尝重阳糕。

(3) 向爷爷、奶奶说一句祝福的话。

幼儿体格锻炼总结篇九

如何抓住这一重要时期，让幼儿进行积极的、适宜的体育、体能锻炼，循序渐进地学习一些安全、卫生、保健知识，持之以恒的培养孩子健康、良好的个性心理，形成活泼开朗的性格，使孩子养成文明、健康的行为习惯和生活常规，能适应社会环境，为孩子的一生可持续发展奠定见识的基础，是至关重要的培养目标。

1、喜欢上幼儿园，并能适应集体生活，在一日活动中情绪稳定愉快。

2、愿意和同伴一起合作参加各种体育锻炼活动，感受运动带来的愉快。

3、能姿势正确、自然协调的走和跑，能一个跟着一个走，走成一个圆圈。

4、会用多样小型体育器械进行身体锻炼，并愿意与老师一起收拾器械。会玩滑梯、攀登架、转椅、荡船或其他大型体育

活动器械。

5、喜欢玩球，会滚球、拍球和自抛自接球，会自然地用沙包等投掷物进行游戏。

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

1、为幼儿创设安全、丰富、轻松、自主的活动环境。发现幼儿情绪不佳及时安慰，并帮助幼儿稳定情绪，转移注意力，尽量避免产生消极的情绪。

2、通过体育游戏带领幼儿进行走、跑的基本动作练习，引导幼儿学会听音乐、鼓声及教师的语言提示玩走、跑的游戏。

3、提供数量充足的小型体育运动器械，让幼儿有充分的时间自由探索，教师带领幼儿共同摆放、收拾运动器械。

4、从简单的“滚球”开始，逐步教幼儿拍接、自抛自接球，并最终学会拍球，让幼儿熟悉圆球的属性。

5、选编趣味性强、生活化的模仿操，配以轻松活泼的音乐和儿歌。

九月份：

滚皮球、走圈圈、滑滑梯、开心跳跳糖、脚印桥等

十月份：

丢沙包、套圈圈、运果子、爬爬赛等、

十一月份：

跷跷板、爬地垫、拾豆豆、拔萝卜、大风和树叶、送菜忙

十二月份：

跷跷板、小跳马、夺球、跳房子、踩影子、小兔找家

一月份：

平衡木、沙包、蹦蹦床等、冬季小小运动会

幼儿体格锻炼总结篇十

随着新年炮竹声的临近，才恍然发现20xx年正在离我们远去。我们将要迎来崭新的20xx年。根据开学初制定的幼儿体格锻炼计划，通过各种手段实施，现总结如下：

一、在活动中，培养幼儿养成良好的锻炼习惯

在活动中检查自己的鞋带是否系好，冬天在高强度的活动前是否先脱去一件外套。在活动中遵守规则，不推、不挤前面的小朋友，不做危险的动作。这些习惯在每次的活动前教师总是要嘱咐、关照。久而久之，幼儿已养成这些好习惯，这些习惯的养成，就避免了在活动中事故的发生。

二、合理、科学地安排幼儿的活动量

幼儿的活动量一是根据幼儿的'体质状况来安排，如肥胖幼儿的运动量适当大一些，生病幼儿不宜参加强运动的活动。对能力弱的幼儿提的要求不能太高，要循序渐进来完成。

三、巧妙安排各种活动，使各种基本动作均得以培养、发展

四、结合课题开展相关活动

在日常体育活动的基础上，我们积极主动的寻找孩子们在体育活动中的兴趣点、以及薄弱环节小班幼儿体格锻炼总结幼

教早教。针对孩子们出现的问题我及时用一些小游戏或者进行适当的练习来克服孩子动作发展过程中出现的问题。

同时，我们还根据不同的季节选择相适应的体育活动内容。使孩子们在轻松适意的活动环境中，享受体育锻炼带来的快乐，喜欢体育运动。

一学期的时间匆匆而过，下学期将根据本班幼儿的特点，继续扎实地开展各种体育活动，使幼儿的身体机能合理、健康地发展。