

# 最新幼儿园户外体育活动培训总结与反思 幼儿园户外体育活动总结(通用5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 幼儿园户外体育活动培训总结与反思篇一

户外大型活动作为挖掘幼儿潜能开发的载体形式，对幼儿实施体能锻炼，实施发展教育。

一是发展幼儿的基本动作，提高幼儿参加体育锻炼的兴趣。二是初步形成幼儿的合作意识；萌发产生认同感、亲切感、有关心、帮助他人的愿望。

三是在积极参与、交流活动过程中，逐步体现自我，体验分享成功的快乐。

### 1、开展多样的户外大型活动区域活动

2、根据各班年龄各种动作发展的水平，我园因地制宜地创设了跳跃区、平衡区、球类区。在这些区域中让各班幼儿自由选择，彼此联系，产生交互作用的活动。让相应的教师担任某一区域的活动，各班幼儿则依据自己的意愿、兴趣选择伙伴，选择区域参加锻炼。为力求让幼儿到各个区域玩，激发幼儿活动兴趣和记录能力的培养，我们选择相应的橡皮筋记录的方法轮换的方式，保证幼儿有更多的机会参与其它区域的活动，以促使幼儿基本动作获得全面发展。如；活动时，幼儿既可在平衡区玩；又可以在跳跃区玩。

### 3、创设丰富多样的户外大型活动器材和玩具材料近年来，我

园为促使户外大型活动取得最佳效果，给幼儿学习投远投准用的多彩飞球。

## 幼儿园户外体育活动培训总结与反思篇二

户外大型活动作为挖掘幼儿潜能开发的载体形式，对幼儿实施体能锻炼，实施发展教育。

一是发展幼儿的基本动作，提高幼儿参加体育锻炼的兴趣。  
二是初步形成幼儿的合作意识；萌发产生认同感、亲切感、有关心、帮助他人的愿望。

三是在积极参与、交流活动过程中，逐步体现自我，体验分享成功的快乐。

### 1、开展多样的户外大型活动区域活动

2、根据各班年龄各种动作发展的水平，我园因地制宜地创设了跳跃区、平衡区、球类区。在这些区域中让各班幼儿自由选择，彼此联系，产生交互作用的活动。让相应的教师担任某一区域的活动，各班幼儿则依据自己的意愿、兴趣选择伙伴，选择区域参加锻炼。为力求让幼儿到各个区域玩，激发幼儿活动兴趣和记录能力的培养，我们选择相应的橡皮筋记录的方法轮换的方式，保证幼儿有更多的机会参与其它区域的活动，以促使幼儿基本动作获得全面发展。如：活动时，幼儿既可在平衡区玩；又可以在跳跃区玩。

3、创设丰富多样的户外大型活动器材和玩具材料近年来，我园为促使户外大型活动取得最佳效果，给幼儿学习投远投准用的多彩飞球。

### 幼儿园户外体育活动总结9

幼儿园户外体育活动总结本学期，我们对幼儿的户外体育活

动进行了系列研究活动。

体育活动与其他教育活动一样，是多种形式并存、共同发挥作用的教育过程。我们寓体育锻炼于丰富多彩的活动之中，激发幼儿参与的积极性，丰富幼儿的生活，扩大幼儿视野，更好地促进幼儿身体和心理的健康发展。

晨间锻炼活动。为提高幼儿晨间锻炼的质量，我们在组织形式及内容编排上进行改革，有目的、有计划地让幼儿在生动活泼的活动中锻炼体质、发展能力。我们采用分散开放式，以自制的小型多样器械为主，让幼儿在教师的辅导下，三五成群地凑在一起，选择自己喜欢的内容和同伴，全面锻炼身体，提高体能。户外一小时体育活动。我们从体育的多维效应、多种活动角度建构幼儿户外一小时体育活动形式，多给幼儿自由的活動空间，在每天户外一小时的体育活动中多开展一些取材方便、小型分散的、深受幼儿喜爱又无固定模式的活动。如开展民间游戏：丢手绢、跳绳、扔沙包等，只需简单的材料就可进行，不受人数的限制，同时让幼儿拥有活动的选择权，使户外一小时的体育活动更富特色，从而培养良好个性和养成自觉参加户外体育活动的好习惯。

体育教学活动。我们将体育教学的内容延伸到户外活动之中，帮助幼儿练习巩固，并不断创新提高，使户外体育活动与体育教学有机结合，相互渗透，相互补充。为此我们课题组进行了深入的研究，我们把体育教学寓于有情节、有角色、有竞赛的游戏之中，使之新颖生动，而且有目的、有计划发展幼儿的基本动作，增强体质。

针对大、中两个年龄班的特点，我们还各有侧重。例如：针对大班幼儿动作发展比较协调，理解能力增强，有一定的自控力等特点，多采用竞赛性的游戏，以激发幼儿的积极性，提高练习的效果，培养幼儿积极进取精神和集体责任感、荣誉感。针对中班幼儿动作发展特点，我们创设游戏的情景，让幼儿扮演其中的角色，从而激发他们参与游戏的兴趣。

选择适合于幼儿的体育活动内容是实现体育目标的有力保证。本学期，我们在组织和开展幼儿园户外体育活动时，注意了以下几点：

（1）户外体育活动必须贯彻灵巧性原则。幼儿的走、跑、跳、投、爬等基本动作虽已基本成形，但动作的准确性、协调性都比较差，动作的整体形态还显得较为笨拙。通过设有灵巧训练内容和制约机制的体育游戏，提高了幼儿的神经系统对肌肉的调节作用及其对精细动作的控制能力，使各项基本动作的发展逐步朝着准确、协调、熟练的方向转化。如：“老鹰抓小鸡”游戏中幼儿的集体躲闪动作。还有用拍皮球行进计时赛，用球拍端乒乓球过独木桥等，都是有益于发展幼儿精确能力、协调能力的游戏内容。

（2）户外体育活动还要体现智慧性原则。体育活动过程要能够让幼儿有机会闪现出智慧的亮点。在较大型的体育游戏中，都存在一个怎样完成游戏才能做到多、快、好、及提高游戏的成功率和取胜率的问题。教师故意给幼儿留下解决这些问题的思考空间，有利于促使幼儿积极开动脑筋，以最佳的方式完成游戏。“好玩”则是促使幼儿积极参与体育游戏的一个重要的内在驱动力。同样是“穿山洞”、“过障碍”、“走下坡”，就有不同的“穿”法、“过”法和“走”法。

（3）户外体育活动还要有坚持教育性原则。一个好的体育活动或者说一个能较好地体现教育性原则的体育活动应该既能表现个人价值，又能体现集体力量。为此，在开展户外体育活动时，我们教师有意识地把个人项目与集体项目有机结合在一起，使幼儿在获得成就感（或产生失落感）的同时又能切实感受到集体的温暖和强大，感受到团结协作的重要性等等，以利于互助观念和集体荣誉感的形成。

（4）户外体育活动必须强调安全性原则。安全第一是对学前教育工作中各项具体活动的普遍要求。体育活动具有竞争、竞技和趣味性强的特点，幼儿参与的欲望一般都比较强烈。

这就要求教师事先准备工作想得周到一些，以便防患于未然。如活动场地、器械的安全，不会产生撞击情况，不会因幼儿摔跤而造成伤害等。同时，还要特别防止人为的伤害。教师应及时进行疏导、调解，让幼儿及时化解矛盾，友好游戏。

（1）我们因地制宜，为幼儿选择合适的体育器材。首先根据目标选择。选择的体育器材绝对不能带有盲目性，要根据目标选择器材，通过使用器材达到锻炼目的并完成目标。如周目标的一项内容为练习投掷动作，教师选择内容有沙包、降落伞、飞盘、飞镖等，通过科学合理、系统的安排，较好地完成周目标，达到锻炼的效果。

其次根据材料特征选择。幼儿习惯选择轻便、灵巧、既能一物多玩又能满足其多种多样需要的材料；对于幼儿喜欢的活动材料要投放足够的数量，已免发生争抢的现象；提供带有民族特色的材料如：高跷、双人鞋等，提高活动材料的娱乐性和趣味性。再次是根据季节的影响选择。在春夏季提供活动量小的材料，如拉力器、沙袋等。

第四是根据幼儿的年龄差异选择。为小班应多提供一些活动技能易于掌握、模仿性强、数量充足，能促进其平衡、走、跑能力发展的活动材料；为中班提供能促进其身体协调发展的、发展钻、爬动作能力的活动材料；给大班幼儿我们提供的则是动作技能高、能满足幼儿一物多玩的需要、能促进综合素质提高、发展追逐、躲闪技能、运动强度较大的活动材料。

（2）我们还自力更生，为幼儿制作适用的体育器材。体育器材是给幼儿进行体育活动用的，而利用废旧物品来制作要力求简单并要注重可玩性和艺术性，以前我们教师常为制作教玩具花费很多的时间，但怕坏又舍不得给孩子玩，因此，制作这类教玩具就太没必要了。同样制作体育教玩具还必须保证安全和卫生，从而才能达到锻炼的效果。例如：我们在拉力器的基础上制作了色彩明快、五彩缤纷的“拉力圈”，

并在每个拉力圈的两端缝上了雌雄瓣，便于改变长度。自制的“拉力圈”既可以当拉力器来使用，又可以连接成长绳或短绳，这样可锻炼幼儿的跳跃能力、钻爬能力等。

一学期多来的研究和实践，我园不仅探索出一套适合孩子身心特点的户外体育活动目标、内容体系和具体运作策略，而且对幼儿身体发育、心智发展起了很大促进作用。

首先，促进了幼儿的生长，增强了幼儿体能。近年来，我园幼儿出勤率较高，幼儿对环境的适应能力及对疾病的抵抗能力明显提高。

其次，发展了幼儿的智力，丰富了幼儿的知识。在体育活动中，幼儿通过自己的创造和想象发展活动，独立快速和机智灵活地处理活动中发生的各种问题，使观察和注意、思维和想象力得到较大发展。同时，随着户外体育活动的开展，幼儿有关自然和社会方面的知识也丰富了。

第三，培养了幼儿的情感，发展了幼儿的个性。在户外体育活动中，幼儿与同伴相互交往共同活动，培养了规则意识、集体观念及交往能力，促进了幼儿的社会性的发展。同时户外体育活动内容生动、形式多样、富有趣味性和娱乐性，既丰富了幼儿的情感，又发展了幼儿的个性。

### **幼儿园户外体育活动培训总结与反思篇三**

幼儿园户外体育活动总结本学期，我们对幼儿的户外体育活动进行了系列研究活动。

体育活动与其他教育活动一样，是多种形式并存、共同发挥作用的教育过程。我们寓体育锻炼于丰富多彩的活动之中，激发幼儿参与的积极性，丰富幼儿的生活，扩大幼儿视野，更好地促进幼儿身体和心理的健康发展。

晨间锻炼活动。为提高幼儿晨间锻炼的质量，我们在组织形式及内容编排上进行改革，有目的、有计划地让幼儿在生动活泼的活动中锻炼体质、发展能力。我们采用分散开放式，以自制的小型多样器械为主，让幼儿在教师的辅导下，三五成群地凑在一起，选择自己喜欢的内容和同伴，全面锻炼身体，提高体能。户外一小时体育活动。我们从体育的多维效应、多种活动角度建构幼儿户外一小时体育活动形式，多给幼儿自由的活動空间，在每天户外一小时的体育活动中多开展一些取材方便、小型分散的、深受幼儿喜爱又无固定模式的'活动。如开展民间游戏：丢手绢、跳绳、扔沙包等，只需简单的材料就可进行，不受人数的限制，同时让幼儿拥有活动的选择权，使户外一小时的体育活动更富特色，从而培养良好个性和养成自觉参加户外体育活动的好习惯。

体育教学活动。我们将体育教学的内容延伸到户外活动之中，帮助幼儿练习巩固，并不断创新提高，使户外体育活动与体育教学有机结合，相互渗透，相互补充。为此我们课题组进行了深入的研究，我们把体育教学寓于有情节、有角色、有竞赛的游戏之中，使之新颖生动，而且有目的、有计划发展幼儿的基本动作，增强体质。

针对大、中两个年龄班的特点，我们还各有侧重。例如：针对大班幼儿动作发展比较协调，理解能力增强，有一定的自控力等特点，多采用竞赛性的游戏，以激发幼儿的积极性，提高练习的效果，培养幼儿积极进取精神和集体责任感、荣誉感。针对中班幼儿动作发展特点，我们创设游戏的情景，让幼儿扮演其中的角色，从而激发他们参与游戏的兴趣。

选择适合于幼儿的体育活动内容是实现体育目标的有力保证。本学期，我们在组织和开展幼儿园户外体育活动时，注意了以下几点：

（1）户外体育活动必须贯彻灵巧性原则。幼儿的走、跑、跳、投、爬等基本动作虽已基本成形，但动作的准确性、协

调性都比较差，动作的整体形态还显得较为笨拙。通过设有灵巧训练内容和制约机制的体育游戏，提高了幼儿的神经系统对肌肉的调节作用及其对精细动作的控制能力，使各项基本动作的发展逐步朝着准确、协调、熟练的方向转化。

如：“老鹰抓小鸡”游戏中幼儿的集体躲闪动作。还有用拍皮球行进计时赛，用球拍端乒乓球过独木桥等，都是有益于发展幼儿精确能力、协调能力的游戏内容。

（2）户外体育活动还要体现智慧性原则。体育活动过程要能够让幼儿有机会闪现出智慧的亮点。在较大型的体育游戏中，都存在一个怎样完成游戏才能做到多、快、好、及提高游戏的成功率和取胜率的问题。教师故意给幼儿留下解决这些问题的思考空间，有利于促使幼儿积极开动脑筋，以最佳的方式完成游戏。“好玩”则是促使幼儿积极参与体育游戏的一个重要的内在驱动力。同样是“穿山洞”、“过障碍”、“走下坡”，就有不同的“穿”法、“过”法和“走”法。

（3）户外体育活动还要有坚持教育性原则。一个好的体育活动或者说一个能较好地体现教育性原则的体育活动应该既能表现个人价值，又能体现集体力量。为此，在开展户外体育活动时，我们教师有意识地把个人项目与集体项目有机结合在一起，使幼儿在获得成就感（或产生失落感）的同时又能切实感受到集体的温暖和强大，感受到团结协作的重要性等等，以利于互助观念和集体荣誉感的形成。

（4）户外体育活动必须强调安全性原则。安全第一是对学前教育工作中各项具体活动的普遍要求。体育活动具有竞争、竞技和趣味性强的特点，幼儿参与的欲望一般都比较强烈。这就要求教师事先准备工作想得周到一些，以便防患于未然。如活动场地、器械的安全，不会产生撞击情况，不会因幼儿摔跤而造成伤害等。同时，还要特别防止人为的伤害。教师应及时进行疏导、调解，让幼儿及时化解矛盾，友好游戏。

（1）我们因地制宜，为幼儿选择合适的体育器材。首先根

据目标选择。选择的体育器材绝对不能带有盲目性，要根据目标选择器材，通过使用器材达到锻炼目的并完成目标。如周目标的一项内容为练习投掷动作，教师选择内容有沙包、降落伞、飞盘、飞镖等，通过科学合理、系统的安排，较好地完成周目标，达到锻炼的效果。

其次根据材料特征选择。幼儿习惯选择轻便、灵巧、既能一物多玩又能满足其多种多样需要的材料；对于幼儿喜欢的活动材料要投放足够的数量，已免发生争抢的现象；提供带有民族特色的材料如：高跷、双人鞋等，提高活动材料的娱乐性和趣味性。再次是根据季节的影响选择。在春夏季提供活动量小的材料，如拉力器、沙袋等。

第四是根据幼儿的年龄差异选择。为小班应多提供一些活动技能易于掌握、模仿性强、数量充足，能促进其平衡、走、跑能力发展的活动材料；为中班提供能促进其身体协调发展的、发展钻、爬动作能力的活动材料；给大班幼儿我们提供的则是动作技能高、能满足幼儿一物多玩的需要、能促进综合素质提高、发展追逐、躲闪技能、运动强度较大的活动材料。

（2）我们还自力更生，为幼儿制作适用的体育器材。体育器材是给幼儿进行体育活动用的，而利用废旧物品来制作要力求简单并要注重可玩性和艺术性，以前我们教师常为制作教玩具花费很多的时间，但怕坏又舍不得给孩子玩，因此，制作这类教玩具就太没必要了。同样制作体育教玩具还必须保证安全和卫生，从而才能达到锻炼的效果。例如：我们在拉力器的基础上制作了色彩明快、五彩缤纷的“拉力圈”，并在每个拉力圈的两端缝上了雌雄瓣，便于改变长度。自制的“拉力圈”既可以当拉力器来使用，又可以连接成长绳或短绳，这样可锻炼幼儿的跳跃能力、钻爬能力等。

一学期多来的研究和实践，我园不仅探索出一套适合孩子身心特点的户外体育活动目标、内容体系和具体运作策略，而

且对幼儿身体发育、心智发展起了很大促进作用。

首先，促进了幼儿的生长，增强了幼儿体能。近年来，我园幼儿出勤率较高，幼儿对环境的适应能力及对疾病的抵抗能力明显提高。

其次，发展了幼儿的智力，丰富了幼儿的知识。在体育活动中，幼儿通过自己的创造和想象发展活动，独立快速和机智灵活地处理活动中发生的各种问题，使观察和注意、思维和想象力得到较大发展。同时，随着户外体育活动的开展，幼儿有关自然和社会方面的知识也丰富了。

第三，培养了幼儿的情感，发展了幼儿的个性。在户外体育活动中，幼儿与同伴相互交往共同活动，培养了规则意识、集体观念及交往能力，促进了幼儿的社会性的发展。同时户外体育活动内容生动、形式多样、富有趣味性和娱乐性，既丰富了幼儿的情感，又发展了幼儿的个性。

## 幼儿园户外体育活动培训总结与反思篇四

新学期，我们园对幼儿的户外体育活动进行了系列研究，探索出一套适合孩子身心发展的户外体育活动，并进行专人专教。以下是我对执教中小班的户外游戏活动进行总结：

在一日活动中我们充分利用晨间、午餐后、下午户外活动时间，为幼儿提供多种多样的游戏材料，组织幼儿开展户外活动。在晨间活动中我们除了为幼儿准备自制的体育玩具外还开放体育器材室，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；午餐后，我们给孩子们准备比较安静的游戏，如餐后散步、走小路等；在下午的游戏活动我们会为孩子们准备有趣、好玩的体育课，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。每一次活动，孩子们都积极参与，充分体验到了成功的喜悦。

观察孩子的玩耍，了解他们的活动和兴趣，从中知道通过增加玩的材料和孩子的需要来进一步开发新的玩法。就这点我观察到我班幼儿在晨间锻炼玩跳圈的时候，大部分幼儿对此已不感兴趣了，我就把本来是摆成直线的圈摆成弧形或蛇形等，通过不断的变换圈的摆放形式并且适当的增加圈的数量，这时我发现幼儿对跳圈又感兴趣了，又喜欢玩了而且玩的很投入。变换游戏的方法可以增加儿对游戏的兴趣可以慢慢的引导幼儿自己去发现、创造新的玩法。在体育活动中，教师的自我创新能力是不容忽视的。只有不断提高自身的创新能力，用创造性的教育思想武装自己，才能更好的来实施教育活动。

在户外体育活动中，幼儿与同伴相互交往共同活动，培养了规则意识、集体观念及交往能力，促进了幼儿的社会性的发展。同时户外体育活动内容生动、形式多样、富有趣味性和娱乐性，既丰富了幼儿的情感，又发展了幼儿的个性。

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“摘果子”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度，使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

以往开展的户外活动常常以教师为中心，由教师制作、提供活动材料；设置、安排活动场地；示范、指导某一基本动作并

评价总结活动情况，致使幼儿在活动中的主动性未能得到充分得发挥。我认为在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在每次准备活动材料时，我们都会请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。其次，在活动过程中发挥幼儿创造性，鼓励幼儿一物多玩。一个轮胎不仅是用来跳的，可以连环套着当车跑，可以立着当圈滚。发挥幼儿的自主性并不意味着教师成为旁观者或提醒者，作为教师自身的积极参与更直接影响幼儿活动的兴趣和质量。

研究表明，幼儿在活动中坚持的时间长短取决于幼儿对该活动的兴趣的强弱。因此可以根据这一特点，安排幼儿感兴趣的体育活动，以培养幼儿的坚持性。

经过丰富多彩的户外体育游戏中，孩子们对户外游戏的兴趣有了更大的兴趣，同时，促进了幼儿的生长，增强了幼儿体能；其次，发展了幼儿的智力，丰富了幼儿的知识。在体育活动中，幼儿通过自己的创造和想象发展活动，独立快速和机智灵活地处理活动中发生的各种问题，使观察和注意、思维和想象力得到较大发展。随着户外体育活动的开展，幼儿有关自然和社会方面的知识也丰富了。

## 幼儿园户外体育活动培训总结与反思篇五

我觉得对于小班的孩子来讲，玩是最重要的。当然，我说的玩是有秩序、有组织地去玩，而不是杂乱无章的玩法。俗话说：“在玩中学、在学中玩”其实，孩子们在玩的过程中就是在学的过程，在锻炼的过程。本学期我班将进一步根据孩子的实际情况，开展各类体育活动，如：走、跑、跳、拍（拍球、吊球）、平衡、钻爬、攀爬、呼啦圈等组成的体育活动，让孩子通过这些活动激发和培养对幼儿对体育活动的兴趣、促使幼儿力量、灵敏、身体协调、速度、平衡等素质的进一步发展，促进幼儿肢体的均衡发展和基本运动能力的提

高。具体活动如下：

1、培养幼儿对身体锻炼的兴趣和习惯，坚持每天进行体育活动，促进幼儿身体形态结构和机能发育。

2、通过体育活动，开展对幼儿的走、跑、跳、投掷、钻爬、平衡、攀登等基本动作的训练，使幼儿体力、速度、灵敏等动作素质达到标准。

3、利用废旧物品制作多种多样的体育器械，培养幼儿用器械进行锻炼的能力，发展幼儿自主性和创造性；学习利用各种体育器械进行户外锻炼的方法，促进幼儿知觉、情感和能力的的发展。

4、利用晨间活动和游戏时间开展丰富多彩的体育游戏活动，培养幼儿在体育游戏中团结合作、遵守规则、勇敢竞争、克服困能的良好品质。

1) 分解动作，分布练习，循序渐进。

拍球——特别是对于小班的幼儿来讲，示范是最好的教学方式。因此我们要先给幼儿做示范，为幼儿实际模仿提供视觉、听觉、动觉的各种感官信息。教师的示范要正确、优美、轻松，以完整示范为主，对于初入接触的小班孩子来讲，教师可以先是简单的示范双手拍，之后在循序渐进。结合讲解，恰当的情绪感染，激发幼儿尝试拍球练习的兴趣。

2) 徒手听节奏跳

我们可以先讲清拍球时的身体协调要领：幼儿在整个拍球过程中，首先双腿站直、两脚分开、双手抱球身体微微向前倾，最大限度地让皮球有跳跃的程度和空间，缩短缓冲的时间。然后一边拍，一边有节奏的数着数量“一、二、三、四……”更好的增加拍球兴趣。

### 3) 单手拍球

在一定基础上，增加对幼儿身体协调的难易程度。首先，教师动作要领示范，两脚分开，双腿站直、单手拍球、另一只手放后背，在拍的过程中，注意身体和球的协调度，眼神紧跟球身。教师讲解结束，幼儿练习。

### 4) 个别指导，规范动作

对于能力较弱，协调性不好的幼儿，尽量降低拍球的难度要求，不至于让他们对自己失去信心。对于那些能力比较强的幼儿，我们可以简化步骤，增加难度来激发他们挑战自己的欲望。

### 5) 同龄伙伴，互相带动，共同创新

小班的孩子虽然年龄小，大部分的孩子在身体协调方面还需加强，但也有小部分的幼儿能力还是不容小觑的。所以，在活动中，老师可以请已经会拍球的几个幼儿当“小师傅”帮助不会的孩子们练习拍球。引导幼儿间相互学会掌握拍球的方法和技能，帮助幼儿在活动中学会互相合作，使拍球水平得到进一步的提高。不仅如此，我们还根据幼儿已会的拍球动作，进行花样拍球，如：跳着拍、转圈拍、抛球、滚球、绕身体转球……这样，可以更好的增进同伴之间的交流和合作，体验到了合作的快乐。

以往开展的户外活动常常以教师为中心，由教师制作、提供活动材料；设置、安排活动场地；示范、指导某一基本动作并评价总结活动情况，致使幼儿在活动中的主动性未能得到充分得发挥。我认为在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在本学期的活动中，我们将在每次准备活动材料时，会主动请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。

其次，在活动过程中发挥幼儿创造性，鼓励幼儿一物多玩。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，许多小朋友共同合作套圈玩，钻山洞，利用身体的各部位转着玩……。发挥幼儿的自主性并不意味着教师成为旁观者或提醒者，作为教师自身的积极参与更直接影响幼儿活动的兴趣和质量。

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“吊球”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度的吊球，让每一位幼儿可以创新用各种方式进行跳跃，如：双脚弹跳、两个小朋友互相合作拍打吊球、用抬花轿方式拍打吊球、借助辅助材料拍打吊球……使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

幼儿的发展，依赖于对材料的操作。园所有多种户外活动器械，如：不同规格的小型玩具，木马、跳绳、平衡木等。另一方面搜集废旧材料。我们教师利用废旧物品制作各种户外活动器械，并在室内外展示，并发动幼儿家长同孩子一起制作。

我们共同制作了多种玩具，如：利用废旧的纸箱做的飞碟；用碎布制作小沙包；将易拉罐用绳穿起来成为高跷；用废纸做纸球；把竹子截成很多段变成竹棍；还用一拉罐装沙制作

铜铃……利用户外游戏时间带领幼儿参与其中，让幼儿在学中玩，在玩中学。使每个孩子都能在一定程度上得到提高。

其次，在一日活动中我们充分利用晨间、午餐后、下午户外活动时间，为幼儿提供多种多样的游戏材料，组织幼儿开展户外活动。在晨间活动中我们除了为幼儿准备自制的体育玩具外还开放大型户外玩具如：滑梯、荡秋千、走平衡木、走方格…，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；午餐后，我们给孩子们准备比较安静的游戏，如餐后散步、走迷宫、走小路等；在下午的游戏活动我们会为孩子们准备有趣、好玩的体育活动如：老鹰捉小鸡、丢手绢、老狼、老狼几点了、我是小小木头人……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。

总之，体育活动的开展不仅能促进幼儿的生长发育，增强体质，而起对幼儿的发展也产生一定的影响，所以，我们要认识到体育锻炼的重要性，认真地，有计划地引导幼儿进行体育锻炼，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，提高体育活动质量，使每个幼儿在原有的基础上得到协调发展。