

第 四 周 工 作 计 划

主题：《相亲相爱一家人》 班级：小（3）班 日期：2月27日—3月3日

带班老师：马老师、王老师

工作要求	1. 能理解儿歌中的人物形象和情节，会有表情的朗诵儿歌。 2. 能根据歌曲创编动作开展游戏，遵守游戏规则。 3. 了解正确乘电梯的方法，知道不正确的方法存在的潜在危险。 4. 能瘦口一致的点数以内的数，并根据数量匹配同样多的物体。 5. 愿意在集体面前大胆地发表自己的意见。				
星期 内容	一	二	三	四	五
晨间 活动	来园	1. 来园接待：热情接待幼儿来园，帮助幼儿进行测体温和手部消毒。 2. 区域游戏：美工区：妈妈的裙子：观察范例或者妈妈穿裙子的照片，乐意用自己喜爱的方式进行装饰。益智区：能说出五官的作用，并摆放在正确的位置上。 3. 晨间谈话：每天光盘我最棒、早睡早起身体好等等。 4. 其他：幼儿自由观察农场的植物。			
	户外 锻炼	1. 队列练习：能在老师的提醒下有序站队。 2. 律动、早操：愿意跟老师学做新的律动。 3. 分散活动：教师给幼儿提供球、呼啦圈等器械，幼儿自由选择器械活动。			
	集体游戏： 攀爬区	集体游戏： 平衡区	集体游戏： 骑行区	集体游戏： 综合 1	集体游戏： 小山坡
学习 活动	妈妈 (语言) 综合 P14	跟着妈妈乘 电梯 (健康)	袋鼠妈妈 (音乐) 综合 P15	爸爸的领带 (美术)	招待客人 (数学) 渗透 P29
上午 游戏	悠悠小农庄	美术室	活动区活动	活动区活动	创意社
下午 活动	体育小游戏	户外建构	玩沙	户外写生	快乐骑行
日 常 生 活	1. 在晨间谈话中，引导幼儿介绍自己的家人，体验家庭成员的温暖，知道成员之间相互关心，相互关爱。 2. 引导幼儿不挑食，鼓励幼儿每天光盘，并及时做好记录。				
家 长 工 作	1. 家长与孩子共同翻阅孩子成长的照片，讲述当时父母养育孩子的心情。 2. 鼓励家长多思考良好的家庭关系对孩子的成长的价值和意义在家中亲进行亲子活动，增进一家人的亲密情感，养成敬爱老人的优良家风。				
环 境 创 设	1. 准备一些新主题游戏材料投放在区域内。 2. 将幼儿的美术作品陈列出来。				

本周之星

表扬认真吃午饭的小朋友：

陈亦晴、周语堂、俞星辰、周程欣、付诗祺、刘京哲
齐一诺、周悠然、刘星语、王逸然、徐梓珺、盛妍斐



温馨提示

1. 请家长在家里多陪伴孩子，进行一些合作活动或是阅读。
2. 在家鼓励幼儿自己的事情自己做，培养独立能力。



怎样才能更好的保护好孩子的视力

下面几个方面，家长们一定要知道。

NO.1 儿童近视的早期症状

1. 喜欢眯眼看东西：长期眯眼会导致眼部肌肉疲劳，近视度数加深得更快。
2. 看东西过近：看东西离得很近，看电视不自觉往前走，往往提示孩子视力变差。
3. 经常揉眼睛：近视的孩子因看东西模糊，眼睛疲劳，经常揉眼睛可能提示孩子视力下降。
4. 频繁眨眼：近视的孩子会经常揉眼睛，造成慢性结膜炎机角膜损伤，眼睛不舒服，孩子会频繁眨眼睛。
5. 经常歪头或斜眼看东西：排除斜视后，近视的孩子喜欢歪头或斜眼看东西，因为这样可以减少散射光，从而看得清楚一些。经
6. 常皱眉：皱眉可以造成眼睑机眼外肌的变化，改变眼球形态，从而看得清楚一些。
7. 经常拉扯眼角：这样能减少光线的散射，并压平角膜，改变屈光力，让轻度近视视力暂时提高，但长期拉扯眼角，会造成散光。

NO.2 科学用眼指南

1. 在良好的光线下看书，若强烈的阳光透过窗户直射桌面，书写时应拉上薄窗帘。
2. 看电视开灯，人和电视距离保持 3 米以上。
3. 用电脑时，屏幕与眼睛距离不少于 50 厘米。
4. 使用台灯时，等距离桌面一尺（33 厘米），同时开启室内照明灯。
5. 书写时，灯光应从左上方射入。每次看书写字不宜超过 40 分钟，看电脑看电视不宜超过 30 分钟。
6. 改正不良的读写习惯，不躺在床上读书，不在晃动的公交车，地铁上读书。
7. 保证适量的户外活动时间，科学研究表明，**户外活动是近视眼防控的有效措施。孩子从幼儿园开始，就要保证每天有适量的户外活动，每天 2 小时或每周 10 小时的户外活动能有效降低近视的发病率。**
8. 根据身高，挑选高度适合的桌、椅

NO. 3 保护眼睛，注意补充营养

青少年及其他电脑操作者，在荧光屏前工作时间过长，视网膜上的视紫红质会被消耗掉，而视紫红质主要由维生素 A 合成，因此，饮食应多补充胡萝卜、白菜、豆芽、豆腐、红枣、橘子以及牛奶、鸡蛋、动物肝脏、瘦肉等食物，以补充维生素 A 和蛋白质。