

第 十五 周工作计划

主题：《六个好宝贝》 班级：小（3）班 日期：5月15日—5月19日

带班老师：王老师、马老师

工作要求		1. 尝试用耳朵听辨出物体发出的不同声响，提高听辨能力。 2. 学习分辨发出声音的方位，增强听觉的敏锐性，提高注意力。 3. 能根据声音辨别 5 以内的实物数量。 4. 愿意在集体面前大胆表达自己的想法。 5. 培养良好的倾听习惯，敢于主动参与游戏。				
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：生活区：神秘盲盒：投放自制的一些感官操作材料或玩具，如在可乐罐中装入豆子、米或小石子等物品，引导幼儿模仿制成可发出各种声音的盲盒。益智区：比多少：在数学区练习把一样形状的积木放在一起。 3. 晨间谈话：耳朵的作用、保护小耳朵等等。 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： 综合 2 区	集体游戏： 钻爬区	集体游戏： 小树林	集体游戏： 小山坡	集体游戏： 蹦跳区
学习活动		小青蛙 听故事 （语言）	饼干歌 （音乐） 综合 P126	听一听， 数一数 （数学）	我的小脚 （综合） 综合 P139	彩色的蘑菇 （美术）
上午游戏		玩水	活动区活动	户外写生	活动区活动	图书馆
下午活动		陶木社	户外娃娃家	活动区活动	悠悠小农庄	玩沙
日常生活		1. 户外活动时，为幼儿准备人手一条擦汗毛巾，引导幼儿有汗时及时擦干，并及时补充水分。 2. 要为幼儿提供他们可以用多种方式、自由表达自己意愿的空间。				
家长工作		1. 鼓励家长在自然界或周围环境中，有意识地引导孩子听听有哪些声音，嗅嗅有什么气味，促进孩子提高听觉和嗅觉的灵敏度。 2. 建议家长利用家庭和社区资源，锻炼孩子的感知和运动能力。				
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

表扬折纸不怕难、认真学习的小朋友：

张熙涵、王木子、周语堂、吴忧、贾皓奇、江玮玮

周悠然、季译、王逸然、崔煦、盛妍斐、徐梓珩



温馨提示

- 1.请在自然界或周围环境中,有意识地引导孩子听听有哪些声音,嗅嗅有什么气味,促进孩子提高听觉和嗅觉的灵敏度。
- 2.合理利用家庭和社区资源,锻炼孩子的感知和运动能力,外出玩体育游戏。



掌握幼儿体育运动伤害和保健知识

（1）了解有哪些运动项目不适合学前孩子

- * 长时间悬吊的项目：单杠引体向上，会引起肩关节习惯性脱臼。
- * 震荡性运动：滑板车（极限运动）、碰碰车等，受到震荡时容易扭伤和碰伤。
- * 力量训练：掰手腕、哑铃、负重跑、俯卧撑，这些运动会让肌肉发展不均或过于发达，影响其他器官发育。
- * 拔河：拔河是憋气、充血的运动，会造成心脏负担过重和使关节软组织受伤

（2）学会科学控制运动量

运动量也称“运动负荷”，是指运动时心理、生理承受的负荷量。

很多家长对运动不了解，以为运动量越大对体质发展越好，就会让老师或教练给孩子安排过量的运动。其实，这样的举动不但不能使孩子得到良好的锻炼和发育，甚至可能造成负面效果。

由于孩子年龄小，心肺系统发育尚不完全，肺活量小，呼吸频率快，如果不科学地控制运动量，不仅影响心腔扩张和心肺功能发育，严重的还会因为心脏负担过重而发生猝死现象。

（3）运动前后科学补充水分

孩子的体温偏高，运动加快新陈代谢会造成大量排汗，很容易感到口渴，家长就会大量地给孩子补充水分。过量饮水会使胃液被稀释，影响消化功能。

运动前 30 分钟是最佳补水时间；运动后要在“放松活动”完成后过 15 分钟再喝水，摄入量控制在 200 毫升左右。此外，喝水速度要慢，最好是一口一口地喝；喝水过快会导致心脏负担加重，导致心力衰竭和胸闷腹胀。