育儿知识：

恢复作息时间

假期后半程为更好地适应返园生活，可以适当调整家庭生活节奏。参考幼儿园的作息时间，模拟在园起床、运动、就餐、玩耍和睡眠的时间，保持规律的作息，这样既可以得到适当的放松，又不会变得懒散倦怠，返园时收心也会更容易。

调整饮食习惯

为了能顺利适应幼儿园生活，请帮助宝贝保持良好的饮食习惯。一日三餐按时吃、按量吃，少吃油腻食物和零食，饮食以清淡为主，多吃水果蔬菜。

提升自理能力

在开学前的这一周尽量让宝贝自己吃饭、穿衣服，独立大小便等，耐心等待宝贝自己完成，培养孩子独立自主的生活习惯，体会到自我服务的乐趣，精神饱满迎接新的学期。

做好心理准备

假期的最后几天，宝贝可以和爸爸妈妈一起回忆在幼儿园的快乐时光："马上要回幼儿园和好朋友们开心地玩耍了，真是太期待了！""宝贝暑假期间表现真棒，可以向老师、小伙伴讲述你的假期生活！"其实，还有一个小妙招哦，那就是与绘本为伴，在阅读中缓解心理的不适。

主题目标：

1.知道自己上幼儿园了,对幼儿园产生安全感和亲切感,逐渐接受本班教师和小朋友，逐生适应集体生活，能高高兴兴地上幼儿园。

2.初步适应集体生活，逐步形成基本常规，如：能在集体中听教师、同伴讲话，愿意自己进餐、入睡，学会洗手、如厕等。

3.熟悉幼儿园环境，初步了解幼儿园中成人的劳动，会有礼貌地和成人交往，会用礼貌用语。

4.喜欢参加体育活动,会听信号向指定方向走和跑,愿意做模仿操。

5.能按物体的某外部特征(颜色 或形状)进行分类,初步学会实物与相应标记的匹配。

6.乐意用纸和笔大胆涂鸦，喜欢和大家一起唱歌，跟着音乐做动作。

第 五 周工作计划

主题：我上幼儿园啦　大（3）班　　日期：9 月 25 日—9 月 29 日　带班老师：郭老师、宁老师

<table>
<tr><td colspan="2">工作要求</td><td colspan="5">1. 熟悉幼儿园环境，知道幼儿园里有哪些人、他们的工作是什么。能够有礼貌地和成人交往，会用礼貌用语。
2. 愿意用纸笔大胆涂鸦，喜欢和大家一起唱歌，跟着音乐做动作。
3. 能够自己走进班级，不让大人抱；能够自己吃饭，知道饭前便后要洗手。</td></tr>
<tr><td colspan="2">星期
内容</td><td>一</td><td>二</td><td>三</td><td>四</td><td>五</td></tr>
<tr><td rowspan="4">晨间活动</td><td>来园</td><td colspan="5">1.来园接待：热情接待幼儿来园，引导幼儿主动与同伴老师打招呼，鼓励幼儿积极投入游戏。
2.区域游戏：☆生活区：提供自制袜子配对游戏盒，幼儿尝试使用夹子将相同的两只袜子夹起来。
娃娃家：提供角色牌，幼儿能够选择一个角色认真扮演。
3.晨间谈话:幼儿园里有谁、我喜欢幼儿园的……
4.其他：开展户外活动，引导幼儿跟着班级活动，不乱跑，遵守规则。</td></tr>
<tr><td>户外锻炼</td><td colspan="5">1.队列练习：跟着队伍走在线上，不走歪。。
2.律动、早操：师幼共同进行律动和早操，要求幼儿活动起来。
3.分散活动：提供圈圈、障碍物供幼儿游戏，注意观察幼儿活动情况，注意安全。</td></tr>
<tr><td colspan="2">体能大循环</td><td>体能大循环</td><td>体能大循环</td><td>体能大循环</td><td>体能大循环</td><td rowspan="4">中秋放假</td></tr>
<tr><td colspan="2">学习活动</td><td>猜猜他是谁
（社会）</td><td>点点爱上幼儿园
（语言）</td><td>我爱我的幼儿园
（音乐）</td><td>哥哥姐姐欢迎我
（综合）</td></tr>
<tr><td colspan="2">上午游戏</td><td>球区</td><td>图书室</td><td>一楼建构</td><td>乐高</td></tr>
<tr><td colspan="2">下午活动</td><td>区域游戏</td><td>区域游戏</td><td>区域游戏</td><td>区域游戏</td></tr>
<tr><td colspan="2">日常生活</td><td colspan="5">1. 利用步骤图和儿歌帮助幼儿了解正确的洗手方法，在幼儿洗手时注意观察和引导，提醒幼儿不玩水，并能够整齐排好队，不推挤。
2. 请幼儿双手搬椅子，将椅子整齐地排在线上。</td></tr>
<tr><td colspan="2">家长工作</td><td colspan="5">1. 鼓励家长和孩子一起收集废旧物品带来幼儿园。
2. 近期流感高发，请家长少和孩子去人多聚集处，注意个人卫生。</td></tr>
</table>

环境创设	添置区域材料、继续创设《我上幼儿园啦》主题墙。
本周反思	

表扬栏：

教材选登：

点点爱上幼儿园

点点三岁了。妈妈带她去上幼儿园，她不想去，一路上很不高兴。妈妈和点点路过一棵大树。 树枝上，许多小鸟在唱歌。妈妈对点点说：“这里是小鸟幼儿园。”

妈妈和点点路过一片绿草地。 草地上，一群兔子在做游戏。妈妈对点点说：“这里是小兔幼儿园。”

妈妈和点点路过一片小树林。树林里，漂亮的梅花鹿在散步。妈妈对点点说：“这里是梅花鹿幼儿园。”

咦?这里是什么地方?有的小朋友在唱歌，有的小朋友在做游戏。原来这里就是小朋友的幼儿园。点点放开妈妈的手，高高兴兴地跑了进去。点点说：“这里真好。”

温馨提示：

安全提示

不带危险物品入园

入园前请检查孩子的书包,每日必需物品是否带齐，是否藏有零食、玩具、危险物品等。回家后检查书包内的换洗衣物、保持孩子物品的清洁和卫生。

安全风险防范

近期由于双台风的形成，苏州预计开启新一轮的降雨过程。为预防溺水等安全事故，幼儿园会时刻关注气象预警，也请家长及时关注有关信息，做好自身和孩子的安全风险防范工作。

交通安全

道路千万条，安全第一条。开学后，幼儿园周边人流、车流明显增大，因此提醒家长履行监护责任，带孩子在上、下学途中，遵守交通法规，不乘坐无证黑车和三轮车，选择正规交通工具。

防范诈骗

临近开学，家长要谨防不法分子冒充老师、亲友等骗取信息、钱财的行为。假如您遇到类似情况，请保持平静心态，尽快与幼儿园、班级老师取得联系，及时核实陌生信息的真伪，防范各类网络诈骗的发生。