



育儿知识:

冬季保健

随着立冬的到来，大部分地区气温将大幅度降低并伴有大风，昼夜温差将持续加大，寒冷的冬天即将到来，请家长做好孩子的保暖工作！

冬季的到来，对于每个家庭来说都是一个“挑战”，毕竟孩子的抵抗力较弱，容易感染各种疾病，希望家长们根据以下几个方面的温馨提示，做好孩子的日常护理，让孩子健康、愉快地度过冬天。

01 饮食护理

1. 孩子脾胃稚嫩，冬季在保证一日三餐正常进食的情况下，少吃油腻、不好消化的油煎食品。
2. 孩子饮食以蔬菜为主，适量添加肉食。避免孩子肺热不能排出，出现发热咳嗽等症状。
3. 冬季应多吃富含维生素的食物，且以时令蔬菜为主，有效增强身体免疫力。
4. 及时补充水分。冬季气候干燥，加上室内暖气，孩子容易发生口干、鼻干和咽干等缺水症状。

02 日常护理

1. 及时给孩子增添衣服，不可再追求“秋冻”。但要注意适量增衣，孩子穿的衣服一般比成人多一件即可。
2. 长期搁置不穿的衣服极有可能会让孩子发生皮肤过敏、红肿、发痒等症状，建议您将冬季衣服拿出后先进行洗涤、晾晒，以消除过敏因素。
3. 冬季寒冷干燥，孩子皮肤易干裂发痒，洗完脸后要及时为孩子面部、手部涂抹润肤霜，这样能有效滋润、适度锁水，缓解干燥状况。
4. 冬天孩子起床后会感觉喉咙干，容易咳嗽，在排除患病等原因之后，很可能是室内的湿度比较低引起的。因此，冬季需要对室内进行适当加湿。



主题目标:

1. 寻找幼儿园和家附近的秋天，感知到秋天来了，发现秋天到来之后对人们和动植物的影响。
2. 感受秋天的景色是多姿多彩的，如秋天的花、秋天的树叶，和秋天丰收的果实。
3. 体验秋天的乐趣，如赏秋景、玩树叶、品水果、去秋游等。
4. 能简单地用线条、色彩、动作、歌曲以及故事儿歌等表现秋天的多姿多彩以及自己对秋天的喜爱。
5. 能够独立入睡，正确使用小勺独立进餐。
6. 熟悉球，喜欢玩球，能倾听、理解教师的指令，并做出反应，能在一定范围内四散跑。
7. 初步感知物体大小的传递关系，学习按大小顺序排列 3 个物体。
8. 学习用自然的声音唱歌，尝试根据音乐的变化变换动作。
9. 喜欢吃常见的瓜果蔬菜，知道要不偏食、不挑食。
10. 学习用连贯的语言，表达对秋天景象的感受，学会复述简单的儿歌和故事。



第十二周工作计划

主题：秋天来了 小（3）班 日期：11月13日—11月17日 带班老师：郭老师、宁老师

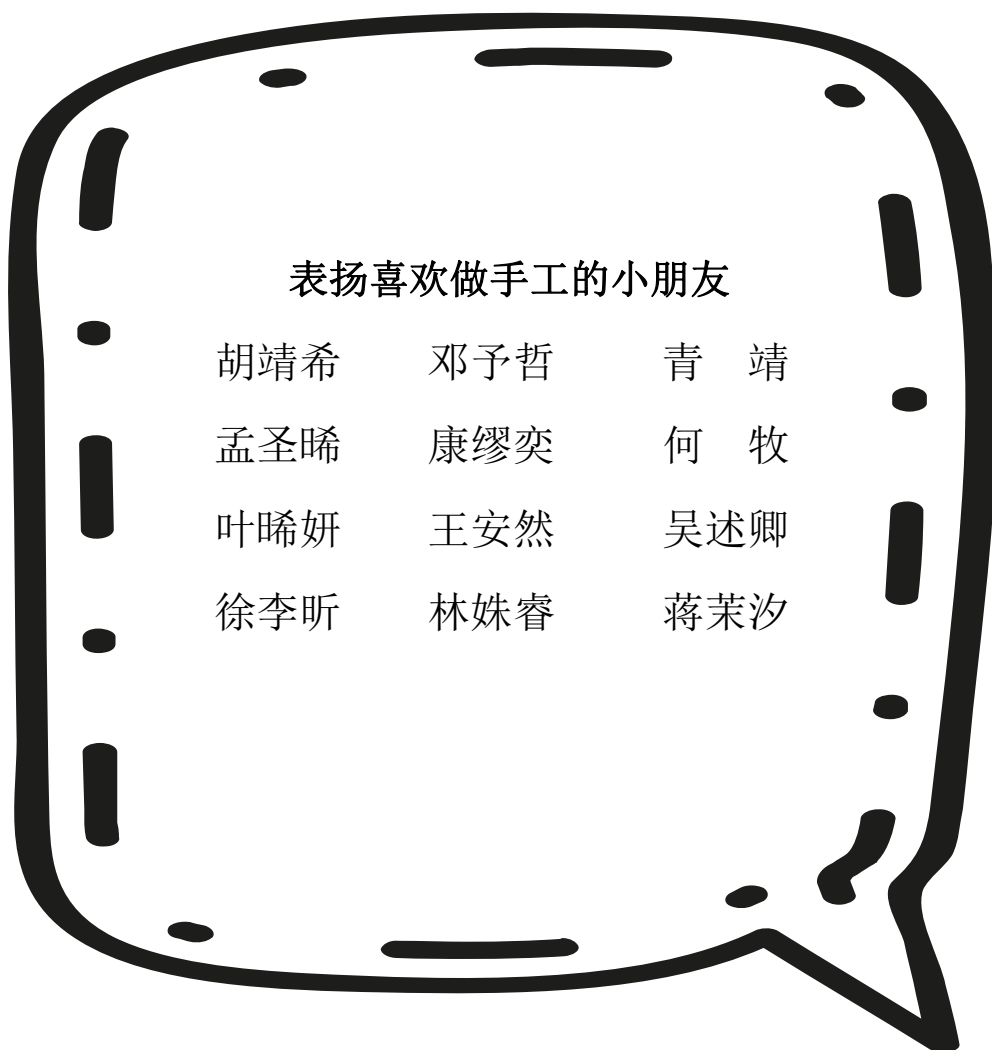
| | | | | | | |
|------|------|--|---------------|-------------|-------------|---------------|
| 工作要求 | | <p>1. 知道秋天是为身体补充营养的时候，知道人体需要多种多样的营养，喜欢吃常见的瓜果蔬菜，不挑食、不偏食。</p> <p>2. 能够用比较连贯的语言表达对秋天景象的感受，学会复述简单的故事和儿歌。</p> | | | | |
| 星期内容 | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 晨间活动 | 来园 | <p>1. 来园接待：热情接待幼儿来园，引导幼儿主动与同伴老师打招呼，鼓励幼儿积极投入游戏。</p> <p>2. 区域游戏：☆美工区：提供紫色皱纹纸，幼儿将纸揉成小球，组合黏贴成葡萄。 阅读区：提供和秋天有关的蔬菜、水果的书籍，幼儿大胆表达。</p> <p>3. 晨间谈话：秋天的瓜果蔬菜、我最爱吃的蔬菜是……</p> <p>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。</p> | | | | |
| | 户外锻炼 | <p>1. 队列练习：一对变两队。</p> <p>2. 律动、早操：师幼共同进行律动和早操，要求幼儿活动起来。</p> <p>3. 分散活动：提供圈圈、垫子等进行锻炼，注意观察幼儿活动情况，注意安全。</p> | | | | |
| | | 体能大循环 | 体能大循环 | 体能大循环 | 体能大循环 | 体能大循环 |
| 学习活动 | | 三只小熊 (健康) | 好忙的松鼠 (语言) | 小乌龟 (音乐) | 小金鱼 (科学) | 小鱼吐泡泡 (美术) |
| 上午游戏 | | 平衡 | 美术室 | 种植园 | 饲养区 | 区域游戏 |
| 下午活动 | | 区域游戏 | 区域游戏 | 区域游戏 | 区域游戏 | 自主游戏 |
| 日常生活 | | <p>1. 在晨谈时鼓励幼儿说一说自己喜欢的蔬菜是什么味道的，知道蔬菜有营养，不挑食、不偏食、不浪费。</p> <p>2. 引导幼儿尝试接受胡萝卜、芹菜、香菇等有特殊味道的蔬菜，知道多吃不同的蔬菜可以使人身体健康。</p> | | | | |
| 家长工作 | | <p>1. 鼓励幼儿在家时多吃蔬菜，养成不挑食的好习惯。</p> <p>2. 可以请幼儿参与到晚餐的准备工作中去，鼓励孩子们进行一些力所能及的</p> | | | | |



| | |
|------|---------------------------------|
| | 小事，如帮忙择菜、洗菜等，培养幼儿的动手能力和劳动意识。 |
| 环境创设 | 增加班级中秋天的瓜果蔬菜相关环创，继续创设《秋天来了》主题墙。 |
| 本周反思 | |

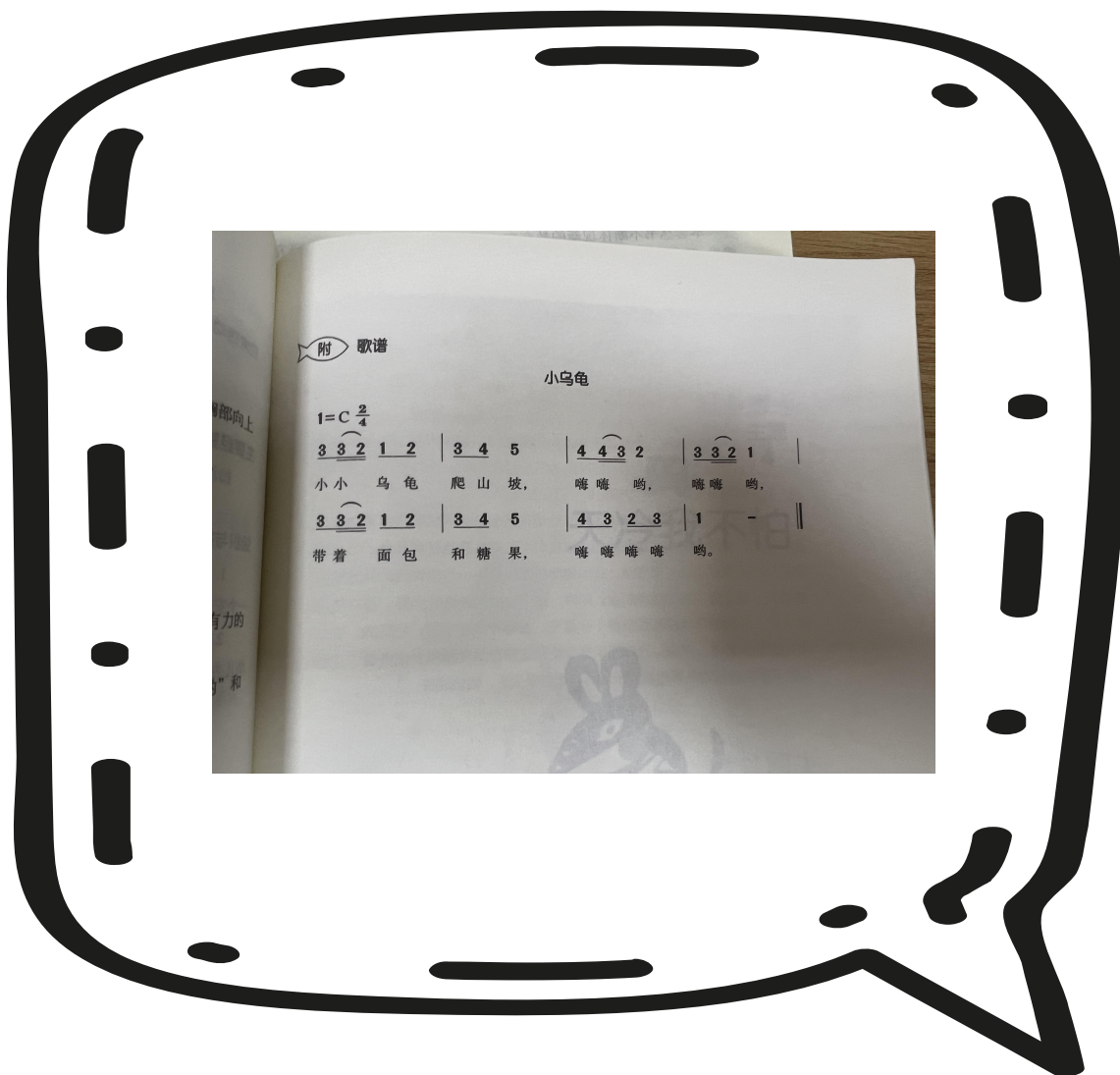


表扬栏:





教材选登:





温馨提示:

秋季传染病温馨提示

1. 请家长配合幼儿园的教育，在家督促幼儿保持良好的个人卫生习惯。如果孩子有发烧或呕吐等不适现象请及时带孩子到正规医院进行就诊，为了杜绝传染病在园内传播和蔓延就诊时让医生开诊断证明。



2. 请及时将诊断结果告知幼儿所在班级老师，如果诊断为传染病请在第一时间如实将诊断结果告知老师，不要瞒报、谎报，以免使传染病毒蔓延，影响其他幼儿的身体健康。



虽然秋季传染病种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效阻断传染病的流行与传播。让我们一起为孩子们创造一个健康、安全的生活学习环境，让幼儿安然度过“多事之秋”，健康、快乐、茁壮地成长！

