

主题目标：

1. 初步了解自己的喜好，感受自己的成长，并为自己的成长感到高兴。
2. 能在活动中大胆尝试、主动交往，愿意和同伴一起游戏，分享共同活动带来的欢乐。
3. 能关注自己身边的事物，会用标记的形式简单记录生活中的经验，主动参与成长体验。
4. 学习解扣子，在成人的帮助下穿脱简单的衣裤鞋袜，掌握初步的生活技能。
5. 会用完整的短句表达自己的情感，复述简短有趣的故事、儿歌。
6. 学会按颜色进行分类。
7. 喜欢参与艺术创造活动，会用撕、贴、泥塑等多种方式表现自己喜欢的食物。愿意用唱游、肢体动作等方式表演简单的歌曲，并且能够初步学会迁移生活经验，为歌曲创编歌词。

周计划:

第十五周工作计划

主题: 我会自己做 小(1)班 日期: 12月4日—12月8日

带班老师: 朱老师、许老师、沈老师

工作要求		1. 初步了解自己的喜好, 感受自己的成长, 并为自己的成长感到高兴。 2. 学习解扣子, 在成人的帮助下穿脱简单的衣裤鞋袜, 掌握初步的生活技能。 3. 和幼儿一起度过节气大雪, 初步了解大雪的由来和习俗。 4. 知道午睡时应保持安静, 不影响其他幼儿入睡。				
星期	内容	一	二	三	四	五
晨间活动	来园	1. 晨间接待: 热情接待幼儿, 与幼儿及家长有礼貌的打招呼。 2. 区域游戏: ☆生活区: 提供袜子, 让幼儿进行袜子配对的游戏。同时鼓励个别幼儿和同伴一起游戏。 3. 晨间谈话: (1) 困难我不怕 (2) 自己的事情自己做 4. 其它: 观察幼儿来园时的情绪状况与身体状况, 观察幼儿对各游戏区游戏材料的关注与使用情况, 指导幼儿适当的选择废旧材料。				
	户外锻炼	1. 队列练习: 练习围着圆圈走。 2. 操节、韵律活动: 和老师一起愉快的做操, 会边唱边做。 3. 分散活动: 提供给幼儿各种活动器械, 让幼儿自由选择, 教师注意观察幼儿的活动情况, 提醒幼儿和同伴好好玩, 不争抢。				
		体育锻炼: 独木桥(平衡)	体育锻炼: 网小鱼(钻)	体育锻炼: 吹泡泡(走)	体育锻炼: 老狼几点钟(反应)	体育锻炼: 跳圈(跳)
学习活动		我会自己擦鼻涕 (健康)	彩色玻璃窗 (艺术欣赏)	我会打招呼 (社会)	我会自己走 (语言)	给小动物 送食物 (数学)
上午游戏		乐钙	平衡	钻爬	区域游戏	区域游戏
下午活动		区域游戏	区域游戏	区域游戏	科发室	区域游戏
日常生活	1. 在日常散步和来离园的过程中, 引导幼儿主动打招呼, 养成讲礼貌的好习惯。 2. 鼓励幼儿专心用餐, 避免饭菜冷后使用导致的肠胃不适。 3. 加强幼儿穿衣、穿裤的指导、练习与护理。					
家长工作	1. 将幼儿开心进行各种游戏活动的照片传到网站上, 让家长了解孩子学习生活情况。 2. 培养孩子早晨、餐后、睡前漱口和刷牙的良好习惯。方法的指导要循序渐进。					
环境创设	创设《宝宝真能干》主题墙, 美工区中加入色彩的版面。2. 重点完善生活区					
本周反思						

教材选登：

《我要自己走》

妈妈、妈妈，你快撒手，

我要自己走。

你看小燕子能飞，

小兔儿能跳，

小狗儿能跑，

小鱼儿能游，

我为什么不能自己走？

妈妈、妈妈，你快撒手。

表扬栏：

表扬会用橡皮泥捏造型的小朋友

杨依晗 汪宇恩 费昱珩 张逸曦 张佳伊

张梦瑶 苏奕潼 徐语桐 秦瑾惜 姚佳

育儿知识：

幼儿多吃蔬菜的好处

对很多孩子来说，蔬菜的味道寡淡，口感似乎没有肉类那么鲜美，孩子常常拒绝食用。但是无论是养生专家还是营养学家都建议孩子要多吃蔬菜，以下，我们就来谈谈多吃蔬菜的5大好处。

1.是维生素的重要来源：食物中只有蔬菜和水果含有VC和VA原的胡萝卜素，还含有VB1、B2及尼克酸、VP等。VC能防治坏血病,VA可保持视力，防止干眼病及夜盲症。

2.是矿物质的重要来源：蔬菜中含有钙、铁、铜等矿物质，其中钙是孩子骨骼和牙齿发育的主要物质，还可防治佝偻病;铁和铜能促进血色素的合成，刺激红细胞发育，防止孩子食欲不振、贫血,促进生长发育;矿物质可使蔬菜成为碱性食物,与五谷和肉类等酸性食物中和，具有调整体液酸碱平衡的作用。

3.是纤维素的重要来源：蔬菜中含有丰富的纤维素能刺激胃液分泌和肠道蠕动,增加食物与消化液的接触面积，有助于人体消化吸收食物，促进代谢废物排出，并防止便秘。多吃蔬菜也能帮身体补钙。牛奶中的磷含量相当高,以致钙磷比例不适当。钙磷比例不合适便会影响钙在体内的吸收。蔬菜中的钙虽然没有牛奶那么高，并易受到植酸或草酸的影响而减少在肠道的吸收率，但人体对有些蔬菜的钙吸收甚至高于牛奶，如芥菜、黄豆芽菜等。因此，一些不习惯喝牛奶的孩子,他们身体所需的钙也可以通过蔬菜补充一些。

4.多吃蔬菜有利于牙齿健康：孩子的咀嚼动作有利于牙齿健康，而能够促使牙齿进行咀嚼的食物首推蔬菜,尤其以胡萝卜、芹菜、卷心菜、菠菜、黄瓜为佳。常吃蔬菜可使牙齿中的钼元素增加，增强牙齿硬度和牢固度。因此，厌食蔬菜和肉类的孩子牙骨密度比正常吃蔬菜和肉类的孩子的要低。常吃蔬菜还能防龋齿,蔬菜含有90%的水分和丰富的纤维素,咀嚼时可稀释糖分，改善口腔环境,抑制细菌生长。另外，纤维素还有洁齿作用。

家园共育：

2~6岁，也就是学龄前期，随着孩子自主能力、自我认知的提高，更容易出现挑食、偏食的情况。但家长们也不要过于焦虑，下面教大家一些小妙招，帮助孩子们安全平稳地渡过“挑食期”。

1.家长可以通过烹调、摆盘改善蔬菜的外形、口味，让蔬菜隐身、变身，用华丽的外表吸引孩子的注意力，引导孩子去尝试。

2.除了好看的皮囊，还要给蔬菜注入有趣的灵魂。我们可以给孩子们讲讲蔬菜“百家姓”——洋葱、洋芋从海上来？番茄、番薯为什么都姓番？胡萝卜、胡椒是不是“一家人”？当然，还有许多有趣的故事绘本，如《肚子里有个火车站》《好吃的蔬菜逃跑了》《蔬菜集结号》等。当蔬菜有了可爱的形象，就可以激发出孩子无限的兴趣。当孩子愿意去听、去想。他们也就更容易去尝试了。