

主题目标：

1. 感受新年的气氛，为自己长大一岁而高兴，乐意与同伴交流关于新年的感受。
2. 不受天气变化的影响，乐意参加园内户外活动，如拍球、长跑等，并在活动中学会保护自己。
3. 初步感知冬季最基本的特征，运用各种感官体验季节的变化和冬季生活、活动的乐趣。
4. 喜欢看图书，会欣赏、表述简短的文学作品，能理解图书上的文字是和画面对应的，是用来表达画面意义的。
5. 通过有规律地制作彩旗、彩链，感知物体排列的模式和规律。
6. 会用涂色等形式进行大胆表现，乐意与教师共同装饰和美化自己的教室，体验创造的快乐。
7. 感受音乐欢快、有力的情绪，在游戏中有初步的规则意识。

周计划:

第 二十 周工作计划

主题：天冷我不怕 小（1）班 日期： 1月8日—1月12日

带班老师：沈老师、朱老师、许老师

工作要求		1. 知道冬天的运动能让我们的身体变得暖强壮和暖和。 2. 能初步知道冬日运动的分类，如跑操、跳绳等等。 3. 为义卖进行视频录制，并且知道自己能为社会贡献一份爱心，提高社会责任感。 4. 在活动中进一步体会分享的快乐，发展社会性交往。				
星期	内容	一	二	三	四	五
晨间活动	来园	1. 来园活动：热情接待幼儿，引导幼儿有礼貌的和老师打招呼，做文明的好孩子。 2. 区域活动：☆美工区：投放雪花、梅花等等制作好看的冬日作品。 益智区：投放拼图，供幼儿自主探索。 3. 晨间谈话：（1）冬日的运动（2）我不怕冷 4. 其它：鼓励幼儿在活动中多思考，多表达自己的想法。				
	户外锻炼	1. 队列练习：练习原地踏步走。 2. 操节、韵律活动：和老师、同伴一起跟着音乐做各种律动动作。 3. 分散活动：根据预约进行游戏活动，幼儿自选器械进行活动，注意观察幼儿的情况。引导幼儿适当休息，帮助幼儿及时穿脱衣服。				
		体锻游戏： 切西瓜（反应）	体锻游戏： 象鼻子（投掷）	体锻游戏： 翻山洞（撑跳）	体锻游戏： 过河（平衡）	体锻游戏： 采蘑菇（平衡）
学习活动		打雪仗 （健康）	抓痒痒 （音乐）	不怕冷 （综合）	我们不怕冷 （语言）	雪娃娃来排队 （科学）
上午游戏		饲养区	区域游戏	区域游戏	区域游戏	钻爬
下午活动		区域游戏	攀爬	区域游戏	综合一	区域游戏
日常生活	1. 鼓励幼儿不迟到，以积极的态度迎接一天幼儿的生活。 2. 在日常生活中，了解冬日运动的好处，鼓励幼儿在运动时能勇敢不怕冷。					
家长工作	1. 和幼儿一起制作一个有关于新年的手工，如红包、窗花等。 2. 请家长和幼儿一起准备有关于义卖的物品和视频。					
环境创设	创作《天冷我不怕》主题					
本周反思						

教材选登：

《我们不怕冷》

冬爷爷不怕冷，天气变冷了，

小鸟叽叽叫，“冷—冷—冷！”

大树吱吱喊，“冷—冷—冷！”

小猫、小狗往屋里钻，“冷—冷—冷！”

小朋友哈哈笑，又跑步，又跳绳，“我们不怕冷。”

表扬栏：

表扬学会抛接沙包的小朋友

邹潇然 南木乐 秦瑾瑞 张逸曦 张佳伊

张梦瑶 秦瑾惜 卢奕辰 吕舒妍 尹子瑜

育儿知识：

拖延症的孩子

- 1.缺乏动力和目标:小孩可能没有清晰的目标，也缺乏内在的动力去完成任务。这可能是因为他们不知道为什么要做这件事情，或者他们觉得这件事情没有意义。
- 2.恐惧和焦虑:小孩可能会因为害怕失败或者害怕批评而拖延。他们可能会担心自己做不好，或者担心别人的评价。这种恐惧和焦虑可能会导致他们不敢去尝试，或者拖延时间。
- 3.延迟满足:小孩可能会因为想要享受拖延的乐趣而不愿意去做任务。他们可能会觉得做任务很枯燥，而拖延时间可以让他们做一些更有趣的事情。
- 4.注意力不集中:小孩可能会因为注意力不集中而拖延。他们可能会被其他事情分散注意力，或者很难集中注意力完成任务。

家园共育：

一、用稳定的情绪和积极的行为影响孩子。

1. 家长在调整好之前的情绪之后再和孩子沟通。
2. 家长自己在做事情的时候，要给孩子做榜样。比如答应孩子的事情，尽量做到。
3. 如果家长也有拖延症，可以和孩子相互监督，各自去克服。
4. 在改善拖延过程中，要理解这是一场持久战，即便一次没做好，也要对孩子有信心。

二、营造良好环境的方式鼓励孩子的积极行为。

1. 把能呈现孩子积极品格和行为的照片放在显眼的位置，鼓励孩子。
2. 减少环境中的干扰，比如不要让孩子边吃边学习，可以中间休息时吃，书房就只做学习这一件事。
3. 撕掉孩子拖延症的标签，把关注点引到拖延行为的本身，而不是归为一种病。

三、聚焦于可以立刻上手的小行为。

1. 帮助孩子把一个模糊的任务，先拆解，变成具体的，能下手的小任务。
2. 遇到难度大任务时，调整预期，淡化结果。先引导孩子动起来，先迈出第一步。
3. 合理安排在有限的时间内，聚焦某个重点，打好阻击战。