

冬季传染病预防知识

一、冬季传染病相关知识

1.冬季是呼吸道传染病高发季节，几种常见呼吸道传染病有：流行性感冒、麻疹、水痘、风疹、流行性脑脊髓膜炎（流脑）、肺炎和肺结核等。其中由流感病毒引起的流行性感冒，具有很强的传染性，其发病率占传染病之首位。

2.呼吸道传染病临床表现的共性为：发热，乏力，头痛，咳嗽，流涕等上呼吸道卡他症状（包括咳嗽、流涕、打喷嚏、鼻塞等症状）。

3.呼吸道传染病的传播途径：呼吸道传染病主要通过空气中的飞沫、尘埃进行传播。病人在讲话、咳嗽、打喷嚏时可以从鼻咽部喷出大量的含有病原体的黏液飞沫悬浮于空气中，被易感者吸入，即可造成传染，也可形成大面积流行。

二、主要预防措施及健康习惯

1.注意防寒保暖，随时增减衣物，避免受凉。人体受凉时，呼吸道血管收缩，血液循环减少，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。

2.多喝水。冬季气候干燥，空气中尘埃含量高，人体鼻黏膜容易受损，要多喝水，让鼻黏膜保持湿润，能有效抵御病毒的入侵，还有利于体内毒素排泄，净化体内环境。

3.勤洗手、科学洗手。呼吸道传染病患者的鼻涕、痰液等呼吸道分泌物中含有大量的病原，有可能通过手接触分泌物，传染给健康人，因此特别强调注意手的卫生。

4.文明咳嗽、不随地吐痰。打喷嚏或咳嗽时用清洁的手绢或纸巾遮掩口鼻；若一时来不及拿纸巾遮掩，可用手肘弯的衣服遮挡口鼻，因为病毒不容易在干燥的衣服上停留；打喷嚏或咳嗽时，千万不能用手遮掩口鼻；吐痰时，痰液用纸巾包好，弃置垃圾桶。

5.班级、生活环境开窗通风，勤晒被褥，清除卫生死角。良好的通风可消除 80%自然菌，所以自然通风换气保持空气新鲜至关重要。教室在每节课后开窗通风，保持室内空气清新，其他教学生活用房应每天开窗通风 2-3 次，每次 30 分钟以上，尤其是寝室，在离开时一定要把门窗打开，让阳光充分照射。

6.养成良好的生活规律，保持充足的睡眠，适量运动，平衡膳食。

7.免疫预防。流行季节前可进行相应的预防接种，如流感、肺炎、麻疹、流脑等。

8.疾病流行季节,尽量减少到人多的公共场所,更不要到传染病患者聚集的场所。

9.早发现、早治疗。



本周集体活动表现积极的幼儿：

胡 翊 袁明睿 陈 湛 张书晨

仇荪颖 钱子诺 王锦吟 朱溪然

马弈同 王允赫 张翊遥 王昕玥



第 十九 周工作计划

主题：《冬爷爷的礼物》 班级：中（1）班 日期：1月8日—1月12日

带班老师：王老师、周老师

工作要求		1. 知道冬天的主要特征，努力做到不怕冷，积极参加活动。 2. 在听听、看看、说说的过程中理解故事内容，分享小动物们滚雪球、造房子的乐趣。 3. 感受冰块是凉的、硬的、光滑的，有积极探索冰的乐趣。 4. 了解简单的预防感冒的知识，掌握正确的擦鼻涕的方法。 5. 用连贯、柔和、优美的情感和声音演唱歌曲。				
星期 内容		一	二	三	四	五
晨间 活动	来园	1. 来园接待：师幼热情问好，关注幼儿来园情绪，及时安抚。 2. 区域游戏：建构区：提供小雪花片、四方形插等积塑建构材料，宫灯、荷花灯图片。 益智区：还可提供自制表格，引导幼儿把小动物与其相关过冬方式进行匹配。 生活区：将幼儿的大衣放入生活区中，幼儿练习叠放大衣。 3. 晨间谈话：冬天的天气、我喜欢冬天、冬天的雪、我会保暖、冬天真好玩				
	户外 锻炼	1. 队列练习：有序排队，扶好栏杆有序上楼梯。 2. 律动操：师幼一起做早操，要求动作到位，请个别幼儿尝试带操。 3. 分散活动：提供体育器械，引导幼儿选择自己喜欢的区域进行体育活动，重点玩跳跃类的游戏，在过程中增加难度，从双脚跳到有障碍物跳跃。				
		综合1区 (综合)	球区 (协调)	跨跳区 (跳跃)	综合2区 (综合)	钻爬区 (攀爬)
学习 活动		冬爷爷来了 (社会) 综 116	雪房子 (语言)	好玩的冰 (科学)	打喷嚏 (健康)	雪花和雨滴 (音乐)
上午 游戏		户外写生	悠悠小农庄	科发室	活动区活动	户外建构
下午 活动		活动区活动	活动区活动	户外娃娃家	快乐骑行	图书室
日常生活		1. 晨谈中讨论“天冷了，怎样才能不感冒？”引导幼儿讨论在冬天自我保护的方法。 2. 晨谈中再说一说并统计按时入园不迟到的小朋友，分享不迟到的好办法。				
家长工作		1. 家长和幼儿共同完成一些亲子科学小实验，如：做冰块，自制冰冻花、人造雪花等。 2. 家长和幼儿收集一些有冬季代表性的东西到幼儿园，如帽子、围巾、雪花装饰品等。				
环境创设		1. 师幼共同布置主题墙饰“拥抱冬天”，绘画、制作冬季景色。 2. 结合冬天的主题在区角投放玩教具。				
本周反思						