



育儿知识:

## 好习惯 常相伴

幼儿阶段是孩子养成良好习惯的重要时期。教育家叶圣陶先生说过：“好习惯养成了，一辈子受用，坏习惯养成了一辈子吃它的亏，想改也不容易”。教育往简单里说，就是培养好习惯。今天，我们来给大家分享一些幼儿居家的良好习惯，希望家长们从日常生活中让孩子行动起来，帮助孩子优秀成长！

### 养成收纳整理的好习惯

让幼儿自己的事情自己做，不依赖，不懒惰，自己穿衣服、自己穿鞋、整理书包等。让幼儿学会自主整理，有利于培养幼儿的责任感，有助于形成爱整洁、生活有序、做事认真仔细的良好习惯。

育儿小妙招：

1. 鼓励幼儿自己的事情自己做。
2. 当幼儿完成后给予一定的小奖励，如：小贴画，集齐几个小贴画可以兑换一个小奖励。

### 养成做事有计划的好习惯

在做某些事情前，提前做好计划，让幼儿对自己要做的事情有具体的时间规定，有准备、有安排、有步骤，使幼儿明白时间的重要性，分清事情前后主次和轻重缓急，学会合理安排时间。

育儿小妙招：

1. 可以和幼儿一起商议制定计划。家长放松心态，鼓励幼儿从力所能及的小事做起，让幼儿保持轻松愉悦的心情劳动。
2. 适当的奖励：孩子的自觉性、坚持性和自制能力都较差，需要不断的督促提醒和检查，适时小奖励可以作为激励手段。

### 养成饮食卫生的好习惯

孩子讲究卫生的好习惯，首先父母就要讲究卫生，早晚要刷牙，饭前便后要洗手，勤洗澡换衣服，垃圾不到处乱扔，整个家庭都要养成这个习惯，就是对孩子树立很好的榜样。

育儿小妙招：

家长为幼儿阅读一些有关“卫生习惯养成”的绘本故事，利用故事的形式，帮助幼儿了解不讲卫生对人体的危害与讲卫生对人体的好处，以此培养幼儿良好的卫生习惯。

### 养成阅读的好习惯

阅读能够有效地发展幼儿的想象力和逻辑性思维，培养幼儿的学习兴趣，增强他们的语言能力和协作能力，拓展幼儿的人生经验，受到人格熏陶，养成独立性思考的能力。

育儿小妙招：

1. 从小为幼儿培养睡前阅读的习惯。
2. 家长针对故事情节或内容，对幼儿进行提问，引发幼儿思考。
3. 鼓励幼儿将自己熟悉的故事，讲给身边人听。



主题目标:

1. 知道自己是中班的小朋友，能与同伴友好相处，共同做游戏，体验做中班小朋友的愉悦心情，会做自己能做的事，体验成长的快乐。
2. 主动参加各项活动，乐意为集体服务。
3. 积极学做新操，动作到位、有力，熟悉新的活动场地和器械的玩法，参与收拾整理场地和器械。
4. 较大方地在集体面前清楚地表达自己的想法，安静认真地倾听别人说话，不插嘴。
5. 认识数字 1-5，用点卡和数字表示 5 以内的数量。
6. 能唱轻快活泼的歌曲，掌握附点音符，和切分音的唱法，学习根据歌曲内容和速度变化做相应的动作。
7. 初步学习画出人物和物体的基本部分和主要特征。



## 第三周工作计划

班级：中3班 实施主题：我升中班了 日期：9月18日—9月20日 带班老师：宁、吴、郭老师

|        |      |                                                                                                                                                                                    |                            |                                  |                           |   |
|--------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------|---------------------------|---|
| 工作要求   |      | 1. 初步了解中秋节的来历、习俗等，感受中国传统节日对人们的影响（主题目标）<br>2. 对生活中的自然现象感兴趣，能关注月亮的变化；并能用语言或与同伴用身体动作表达自己对月亮变化的理解。（主题目标）<br>3. 学习正确的擦汗方法，知道出了汗要及时休息，补充水分。（保育目标）<br>4. 上下楼梯能靠右走，不推挤，不跑跳，逐级走，注意安全。（常规目标） |                            |                                  |                           |   |
| 星期内容   |      | 一                                                                                                                                                                                  | 二                          | 三                                | 四                         | 五 |
|        | 接待   | 1. 热情接待幼儿来园，与幼儿有礼貌地打招呼。<br>2. 进行二次晨检，了解幼儿身体情况及检查幼儿口袋是否有小玩具等物品。                                                                                                                     |                            |                                  |                           |   |
| 晨间活动   | 晨间游戏 | 1. <b>签到</b> ：能迅速找到自己的学号方块，根据图案拼搭签到。<br>2. <b>重点区域</b> ：阅读区：提供中秋、月亮相关绘本图书，鼓励幼儿阅读并将内容讲给同伴听<br>美工区：好吃的月饼，请幼儿观察月饼的花纹进行创作。<br>3. <b>晨间谈话</b> ：中秋习俗、月亮的变化、中秋来历、我吃过的月饼。                  |                            |                                  |                           |   |
|        | 户外活动 | 1. 队列练习：在点点上练习原地踏步并立正。<br>2. 律动、早操：师幼一起做操，提醒幼儿动作整齐、协调、有力。                                                                                                                          |                            |                                  |                           |   |
|        |      | 中秋放假                                                                                                                                                                               | <b>集体游戏：小熊爬</b><br>手脚交替正向爬 | <b>集体游戏：切西瓜</b><br>尝试反向跑         | <b>集体游戏：袋鼠跳</b><br>尝试并脚跳  |   |
|        |      |                                                                                                                                                                                    | 分散活动：重点指导<br>手脚并用爬行        | 分散活动：重点指导<br>正确的滑行知识             | 分散活动：重点训练<br>手部抓握力量       |   |
|        |      |                                                                                                                                                                                    | <b>科学：月亮在哪里</b><br>观察夜晚的月亮 | <b>语言：月亮</b><br>能用流畅的语言表达自己见到的月亮 | <b>音乐：爷爷为我打月饼</b><br>吃过月饼 |   |
| 游戏活动   | 游戏活动 |                                                                                                                                                                                    | 游戏活动                       | 游戏活动                             |                           |   |
| 学习     | 上午游戏 |                                                                                                                                                                                    |                            |                                  |                           |   |
| 下午户外活动 |      | 二楼建构                                                                                                                                                                               | 户外娃娃家                      | 种植园                              |                           |   |
| 日常生活   |      | 1. 在过渡环节，通过欣赏图片、观看视频、幼儿交流分享等方式，了解中秋的由来及风俗习惯。<br>2. 鼓励幼儿在中秋期间向长辈表达节日问候。<br>3. 谈谈我喜欢的月饼，讨论月饼的品种，自己喜欢吃的口味等，同时也提醒幼儿月饼好吃但不宜多吃，养成健康饮食的习惯。                                                |                            |                                  |                           |   |
| 家长工作   |      | 1. 和孩子一起查阅收集中秋节相关故事传说及风俗习惯等知识，了解相关的民俗文化。<br>2. 在节日期间请家长努力以自己的行为传承中国阖家团圆、尊老爱幼的良好传统。<br>3. 家长利用放学或外出的时间引导幼儿多观察或认识周围的各种事物的变化，以提高孩子的观察及探索能力。                                           |                            |                                  |                           |   |
| 环境创设   |      | 1. 搜集中秋相关图片、图书、音乐等，在班级中轻声播放中秋节相关音乐，营造中秋节氛围。                                                                                                                                        |                            |                                  |                           |   |



|          |                                   |
|----------|-----------------------------------|
|          | 2. 鼓励幼儿将自己制作或绘画的月饼作品陈列在自己的作品展示台上。 |
| 本周<br>反思 |                                   |



教材选登:

月亮

每一棵树梢，挂一个月亮。

小鸟说：

月亮和我好。

每一湾池塘，漂一个月亮。

青蛙说：

月亮和我好。

每一个脸盆，盛一个月亮。

宝宝说：

月亮和我好。



表扬栏:

光盘小能手

|     |     |     |
|-----|-----|-----|
| 赵明宸 | 汪煜安 | 李雨衡 |
| 康缪奕 | 何 牧 | 孙启硕 |
| 高曼灵 | 沈希瑜 | 吴述卿 |

小小智多星

|     |     |     |
|-----|-----|-----|
| 冯辰叙 | 林姝睿 | 张铭艺 |
| 徐李昕 | 李雨衡 | 崔暖阳 |

运动小健将

|     |     |     |
|-----|-----|-----|
| 青 靖 | 赵 吏 | 冯辰叙 |
| 杨照临 | 胡靖希 | 孟圣晞 |



温馨提示:

### 夏季卫生保健小知识

#### 1. 预防中暑

夏季节气温高，人体排汗较多，不能及时补入水分、盐分，或在烈日下照射太长时间都会中暑，孩子身体调节能力差更是易感人群。因此要注意不让幼儿在烈日下玩耍，外出要戴遮阳帽，多给孩子吃些富含维生素的蔬菜、水果，喝点盐水、绿豆汤、酸梅汤、西瓜汁等。

#### 2. 防治肠道传染病

炎热的夏天是细菌性痢疾、伤寒及肝炎等各种肠道传染病的流行季节，影响幼儿的营养吸收和健康，这些传染病都是经过饮食或者食物传染的，所以要特别注意幼儿的饮食卫生和个人卫生，不吃腐烂变质的饭菜和腐烂瓜果，不贪吃冷饮冷食，饭前便后要洗手，把好病从口入关。夏季病毒细菌快速滋生，家中厨房也要勤打扫通风，厨具餐具使用过后立即清洗，避免细菌大量繁殖。

#### 3. 预防皮肤病

幼儿夏天常发生的皮肤病有痱子、脓疮、蚊虫叮咬皮肤引起感染等。防止这些皮肤病的发生，要注意幼儿的个人卫生和防蚊防虫工作，要勤洗澡、勤换衣，衣服要注意保持清洁干燥，要勤剪指甲，以防抓破皮肤促发感染化脓。

#### 4. 热感冒

天热流汗使我们消耗了大量的能量，加上夏天胃口比较差，没有足够的营养及时补充，使体内的抵抗力下降。另外，贪图凉爽，热得满头大汗时用冷水冲头或洗冷水澡，睡觉时对着电扇吹个不停，长时间开空调，导致室内外温差较大，这些都可以引起夏季感冒的发生。