

秋季温馨提示

衣着方面：由于秋季温差较大，幼儿早晚应比白天多加一件衣服。对于好动、易出汗的幼儿，在其玩耍时可在其背后垫一块毛巾或玩后及时给他更换衣服。同时幼儿的鞋子应以轻便的运动鞋为主，少穿皮鞋。

饮食方面：多让幼儿吃一些含维生素丰富的食物，尤其是含维生素 A、C 多的食物，它们对预防上呼吸道感染有帮助。在秋季，大蒜、萝卜、生姜、韭菜都是可以增加幼儿抵抗力的食物，可能幼儿不喜欢吃，但家长可以通过改变食用方法让幼儿食用，比如在做菜时增加蒜末的添加，平时给幼儿煮点萝卜水、生姜水等。对于常在秋季咳嗽的幼儿，家长可以多炖些冰糖生梨水给幼儿吃。秋季也是吃蟹的季节，蟹属寒性，幼儿的脾胃嫩，不可以多吃。另外，是药三分毒，不要把服药作为预防幼儿生病的途径。

..



小路

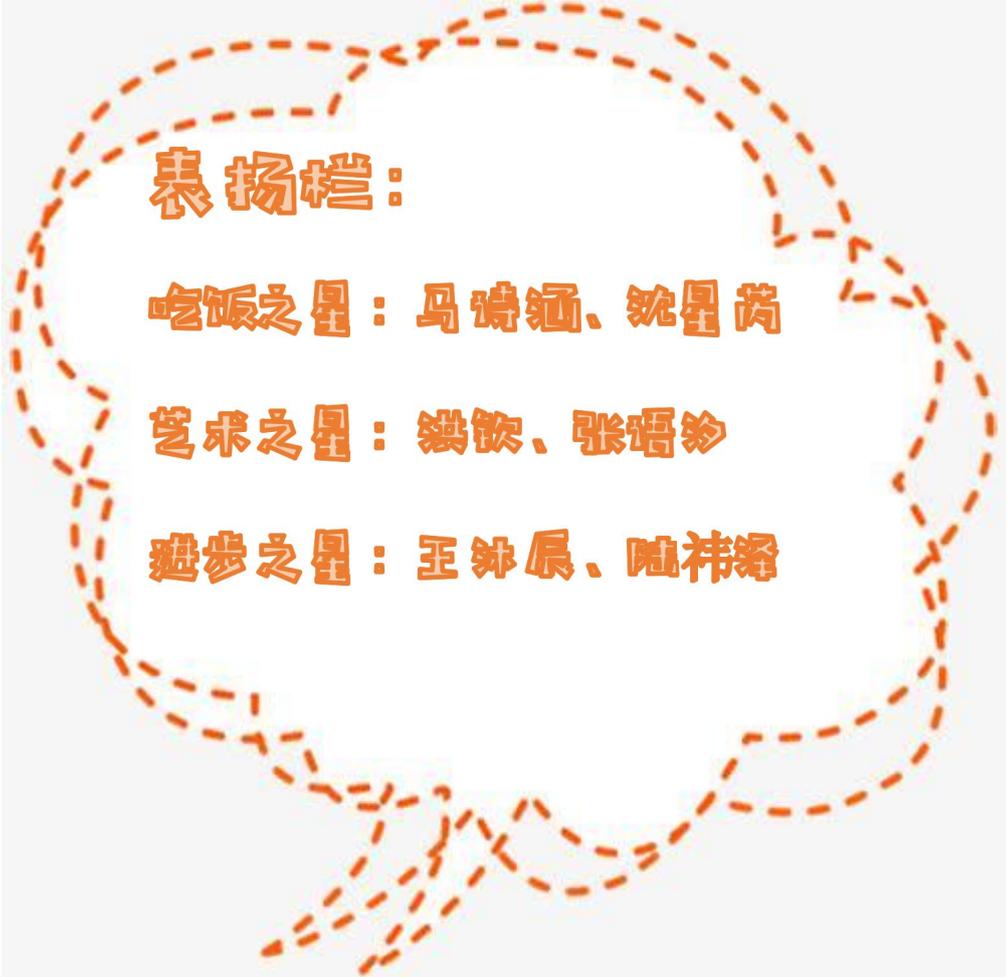
秋风吹呀吹呀，梧桐树、银杏树、白杨树的叶子都变黄了，林间小路上铺满了金色的树叶。

小刺猬走过小路，他在树叶上打滚，窸窣窸窣，像许多小刺猬在路上慢慢散步。

小白兔走进小路，她脱下鞋子，踢踏踢踏，像小姑娘一样在树叶上跳舞。

小蚱蜢也跳进小路，他在树叶上摇啊摇啊，吱嘎吱嘎，像躺在摇床上做着美梦。

风儿来了，小动物们挡住风儿：“请你别刮走小路上的树叶，树叶的声音多么好听。”于是风儿踮着脚尖轻轻跑过小路……



表扬栏：

吃饭之星：马诗涵、沈星芮

篮球之星：邬钦、张语彤

进步之星：王钟辰、陆祎璐