



秋季保健知识

1. 室内经常开窗通风，保持空气流畅，定期用各种空气消毒剂喷洒房间。注意室内环境的温度、湿度、空气新鲜度。温度在 18-20℃，湿度在 50—60%最为合适，每天开窗 3—4 次，每次约 15 分钟左右，每天用湿布擦桌子和地面，使室内空气新鲜而湿润。

2. 加强体育锻炼、增强体质，注意从小给孩子必要的身体锻炼，多增加户外活动，以锻炼幼儿各器官、各系统的功能，提高幼儿对周围环境冷热变化的适应力和对疾病的抵抗力，从而增强体质减少患病。容易患呼吸道疾病的孩子多是因为抵抗力弱，耐寒能力差造成的。因此建议家长从春天起用冷水为孩子洗脸，增强孩子的抗寒能力。

3. 注意孩子的衣着，孩子穿衣要适当，随气温变化增减，衣着要以脊背无汗为适度。很多家长把孩子包裹得很严密，误以为这样就不会得病。其实孩子活动量大、容易出汗，衣服就穿得太多了，孩子不能动，一活动就汗水淋淋，风一吹就易感冒。所以及时增减衣服十分必要，一味地“捂”并不可取。平时不要给孩子穿太多衣服，让孩子稍微感觉有点冷是比较合适的做法。

4. 注意给孩子平衡膳食，这样可以增强身体的抵抗力。在饮食上可以多给孩子补充些维生素，多给孩子喝水也可以达到预防的目的。

5. 及时接种疫苗，严格按照儿童计划免疫接种程序按时注射疫苗，提高对传染病的免疫力，以预防传染病。

6. 教育孩子讲究饮食卫生，教育孩子讲究饮食卫生、个人卫生和文明的生活方式。养成餐前便后洗手的习惯。尽量少去公共场所和人群较为拥挤的地方。呼吸道传染病主要是通过飞沫传播，如打喷嚏、咳嗽等。必须去人多的地方，必要时可以戴口罩。不要去患了传染病的儿童家串门。一旦孩子患了传染病，就应隔离，不要去幼儿园及公共场所，以免传染其他人。

7. 孩子的被褥，衣服定期清洗消毒，孩子的被褥、衣物、手帕经常拿到阳光下暴晒，食具、玩具和便器要定期消毒，消除病原菌的传播。



户外小能手：

李一铎

阙扬珂

周子航

张子俊

魏远舟

王禹诺

夏云容

陈汐玥

马子棋

任沐晓

董梓萌

叶润棋

陈紫涵

张清予





第 九 周工作计划

班级：小 5 班 实施主题：宝宝真能干 日期：10 月 28 日—11 月 1 日 带班老师：朱、王老师

工作要求		1. 愿意上幼儿园，并且和老师、同伴打招呼。 2. 能够自己进餐、入睡，学会洗手、如厕等，鼓励幼儿自己的事情自己做。 3. 能用纸和笔涂鸦，喜欢和大家一起唱歌，愿意跟着音乐做动作。 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。				
星期	内容	一	二	三	四	五
晨间活动	接待	1. 热情接待幼儿，引导幼儿和老师打招呼，和小朋友相互问好。 2. 检查幼儿的个人卫生和衣物，确保幼儿穿着整洁、安全。				
	晨间游戏	1. 签到：引导幼儿来园与大家问好，贴好贴纸完成签到。 2. 重点区域：语言区：提供数量充足、适合幼儿的绘本，供幼儿自由阅读。 益智区：提供各种各样的袜子图片，幼儿进行配对。 3. 晨间谈话：我会穿衣服，自己擦鼻涕，巧手叠衣服				
	户外运动	1. 队列练习：能较快地站到自己的点点上，较快地向前靠拢排队。 2. 律动、早操：幼儿模仿教师动作，要求全体幼儿跟音乐做动作。				
		集体游戏：球区	集体游戏：综合 3	集体游戏：综合 1	集体游戏：骑行区	集体游戏：跑酷区
		分散活动：重点指导 拍球	分散活动：重点指导 勇敢攀爬	分散活动：重点指导 滚轮胎	分散活动：重点指导 按规则骑车	分散活动：重点指导 勇敢过障碍
学习活动		语言： 我会打招呼 主动和别人打招呼	社会： 巧手叠衣服 自己的事情自己做	美术： 甜甜的棒棒糖 用橡皮泥搓圆	音乐： 大猫小猫 感知音乐强弱变化	数学： 按图形分类 尝试按图形分类
上午游戏		遇见陶木舍	创游游戏	创游游戏	活动区活动	创意社
下午游戏		活动区活动	蓬蓬乐园	星光小舞台	骨碌碌小山坡	创游游戏
日常生活		1. 引导幼儿说一说在幼儿园好玩有趣的事情，感受幼儿园生活的美好。 2. 提醒幼儿用七步洗手法洗手，洗完手用毛巾擦干。 3. 能在老师的提醒下用杯子喝水接水，喝好后把杯子放回到杯架里。				
家长工作		1. 家长在家培养幼儿爱护玩具，自己收玩具的良好习惯。 2. 请家长在家中带幼儿进行一些简单的生活技能练习，如：扣纽扣、叠衣服等。				
环境创设		1. 请家长拍摄幼儿在家劳动的照片，打印出来带到幼儿园，教师创设“能干的我”板块，将劳动照片张贴在板块中。 2. 将正确的叠衣服、裤子步骤图打印出来供幼儿参考。				
本周反思						