



第十三周工作计划

班级：大4班 实施主题：运动会 日期：11月25日—11月29日 带班老师：韩、夏老师

工作要求	1. 在调查记录的过程中，了解运动会的多种项目。认识不少于5种运动项目，以及他们的基本规则，初步建立起科学运动的知识（主题目标） 2. 在小组合作中，互相沟通、鼓励，发展分工合作的能力，体验学习分享和团队精神的重要性。（主题目标） 3. 通过实践活动，学习如何通过秒表记录时间，并在比较中，发现和记录自己的优秀表现。（主题目标） 4. 完成多样的运动任务打卡活动，提高身体的协调性、力量和耐力。（主题目标） 5. 用自己喜欢的方式，选择出班级负责的运动项目，一起指定比赛策略，在活动中互相鼓励。（主题目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情接待幼儿，与幼儿打招呼或者引导幼儿进行同伴间互动。 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。				
晨间游戏	1. 签到 ：能自主使用笔，按照来园时间，记录并签到。 2. 重点区域：阅读区 ：有趣的运动会——提供师幼共同收集的运动会调查表、纸、笔，引导幼儿细致阅读调查表，了解不同种类运动会的侧重点。 3. 晨间谈话 ：“拍球比赛”、“合适的比赛场地”等。				
户外锻炼	1. 队列练习：能自如的从四路纵队变成两路纵队。 2. 律动、早操：师幼一起律动、早操，要求动作合拍有力，会变换队形。				
	集体游戏：火箭炮 练习双脚跳	阳光大运动	集体游戏：探险家 练习小组配合	阳光大运动	集体游戏：小蜗牛 锻炼障碍跑
	分散活动：重点指导 幼儿平衡游戏		分散活动：重点指导 幼儿骑行		分散活动：重点指导 攀爬
学习活动	美术：制作班牌 制作自己班级的班牌	健康：运动中的自我保护 运动中保护自身	语言：毛毛和涛涛 了解后勤工作	社会：运动会秩序我知道 了解运动会秩序	运动会
上午游戏	区域活动：重点指导益智区	区域活动：重点指导建构区	区域活动：重点指导美术区	区域活动：重点指导阅读区	
下午户外活动	练习运动会方阵	美术室：制作奖杯奖牌	创建运动会场地	运动会彩排	运动会颁奖仪式
日常生活	1. 引导幼儿聊一聊自己最喜欢的运动员，并说一说理由。 2. 在日常散步中，鼓励幼儿说一说幼儿园中常见的运动项目，并尝试在晨间活动时画一画。				
家长工作	1. 亲子共同收集相关运动会的图片、资料等。 2. 亲子在家共同打卡运动活动，定期记录感受。				
环境创设	1. 在阅读区内提供关于运动会的视频、调查表和相关书籍，帮助幼儿解决在探寻过程中遇到的问题。				
本周反思					



表扬合作小达人

姚逸宸、刘致远、张慕严

高成恩、张明泽、韩文楷

宗希泽、王 赛、王珩羲

田思诚、路 泽、任 毅

黄豫立、雷佳遇、于和霖

许欣悦、胡令仪、徐诗棋

郭慕苏、董栩伽、李陈旻如

徐颜熙、魏唯、刘洋、路茗湜

吴芮溪、王清婉、都亦涵



在秋冬季节，为幼儿提供营养丰富且安全的饮食是非常重要的。

以下是一些小贴士：

- 1. 增加维生素 C 的摄入：**维生素 C 可以增强免疫力，常见的食物来源包括橙子、猕猴桃、草莓和西兰花。
- 2. 提供温热的食物：**天气变凉，应多为幼儿准备温热的食物，比如暖汤、煮蔬菜和热粥，这有助于帮助身体御寒。
- 3. 饮食均衡：**均衡的饮食能为幼儿提供足够的能量和营养。鼓励多样化的饮食，包括谷物、蛋白质（如鸡蛋、豆腐、肉类）、乳制品和蔬菜水果。
- 4. 适当补充脂肪：**适量的健康脂肪有助于抑制寒冷，比如坚果中的植物油，但是要注意不要过量。
- 5. 保持水分摄入：**虽然天气较凉，幼儿的活动量可能会减少，但保持水分摄入依然重要，建议饮用温水或者温和的果茶。
- 6. 注意食品安全：**确保食材的新鲜和卫生，注意食物加工过程中的卫生，防止食源性疾病。
- 7. 根据体质调整饮食：**每个幼儿的体质不同，根据孩子的身体状况调整饮食，可以咨询营养师或儿科医生的建议。

确保幼儿获得足够的营养和热量，不仅能增强抵抗力，还能支持他们的成长和发育。



苏州市吴中区吴淞江实验幼儿园

Wu Song Jiang Shi Yan You Er Yuan
