



## 第 十六 周工作计划

班级：大8班 实施主题：动植物王国 日期：12月16日-12月20日 带班老师：李、姚老师

工作要求	1. 了解一些动物和人类的关系，知道动物是人类的朋友，我们要善待动物。（主题目标） 2. 根据故事提供的线索大胆想象，能依据动物不同特征，合理续编故事情节。（主题目标） 3. 知道如何避免受到动物的伤害，提高自我保护意识，不随便弄小动物。（保育目标） 4. 了解动物与环境的关系，知道关心动物，保护它们的生活环境。（常规目标）					
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。					
晨间活动	晨间游戏	1. <b>签到</b> ：按时入园，坚持签到。 2. <b>重点区域</b> ：生活区：提供糯米粉、蒸熟的南瓜、勺子、电磁炉、油等，引导幼儿将适当比例的面粉和南瓜搅拌，做出香香甜甜的南瓜饼。建构区：提供沙，各类塑料小盒、铲等玩沙工具，鲸鱼、海龟、海星等海底动物图片，吸管、纽扣、蘑菇钉等辅助材料，引导幼儿表现海底世界的各种造型。 3. <b>晨间谈话</b> ：保护动物，我喜欢的动物，动物是我们的好朋友。				
	户外锻炼	1. 队列练习：能自如的从一路纵队变成四路纵队。 2. 律动、早操：师幼一起学习新早操，动作有力。	<b>集体游戏：乌龟车</b> 尝试提高速度	阳光大运动	<b>集体游戏：平衡</b> 尝试走独木桥	阳光大运动
学习	<b>语言：数九歌</b> 熟悉儿歌内容	运动会	<b>健康：动物可爱也会伤人</b> 知道如何避免受到动物的伤害	<b>美术：植物王国</b> 绘画植物王国	<b>社会：动物是我们的好朋友</b> 知道动物是人类的好朋友	
上午游戏	快乐骑行 通过障碍骑行		图书室 安静阅读、遵守规则	农乐园	美术室 指导材料的使用	
下午活动	活动区活动	创意社 搭建动植物王国	活动区活动	科发室 指导光影区	活动区活动	
日常生活	1. 鼓励幼儿休息时主动和同伴交流分享自己与动物玩耍的经历。 2. 提醒幼儿每天自由活动时间观察动植物，鼓励幼儿自由交流关于动植物的信息。					
家长工作	1. 请家长引导幼儿观察小区里的花卉，了解花卉的名字并尝试画一画。 2. 请家长与幼儿共同制作植物标牌，定期照料与记录植物的成长。					
环境创设	根据主题投入相应的区域材料。					
本周反思						



## 白菜

白菜，又名小白菜、大白菜、菘等，是十字花科芸薹属蔓菁的一个变种植物。其为二年生草本植物，常全株无毛，基生叶多数，倒卵状长圆形至宽倒卵形，上部茎生叶长圆状卵形、长圆披针形至长披针形，有粉霜。花鲜黄色，花瓣倒卵形。长角果较粗短，两侧压扁，顶端圆。果梗开展或上升，较粗。种子球形，棕色。花期5月，果期6月。

### 白菜的功效和作用：

白菜中含有多种营养元素，具有美肤养颜、生津养胃、消脂减肥等功效。

- 1、美肤养颜：白菜含有丰富的水分和维生素，常吃白菜不但可以补充身体流失的水分，所含的维生素C、维生素E还能预防皮肤色素沉着，起到护肤养颜等效果。
- 2、生津养胃：白菜有养胃生津、清热除烦的作用，将白菜捣烂取汁，与百合、麦冬加水煎服，对胃阴亏虚引起的胃隐痛有疗效。
- 3、消脂减肥：白菜是低脂、低热食品，含水量高，膳食纤维含量丰富，常食可以加快新陈代谢，预防便秘和皮下脂肪堆积，是经济实惠的减肥食物。
- 4、清热解毒：白菜性寒、味甘，适合口渴烦热、痰热咳嗽、风热感冒等患者食用。
- 5、润肠通便：白菜水分含量大约为95%，还含有丰富的膳食纤维，食用白菜可以刺激肠胃蠕动，帮助消化，促进肠道中废弃物的排泄，有助于预防便秘。