



第三周工作计划

班级：中1班 实施主题：你快乐，我快乐 日期：2月24日—2月28日 带班老师：蒋、朱老师

工作要求		1. 仔细观察图片，能根据画面信息进行描述，讲述基本完整的故事内容。（主题目标） 2. 感知人的多种情绪，能与同伴交流、分享让自己高兴的办法。（主题目标） 3. 会唱歌曲并能唱好附点音符和休止符。（主题目标） 4. 户外活动中，及时穿脱衣物，避免出汗后着凉。（保育目标） 5. 能与同伴友好相处，遇到矛盾能一起沟通商量解决问题。（常规目标）				
星期	内容	一	二	三	四	五
接待		1. 热情接待幼儿，引导幼儿礼貌地打招呼并进行二次晨检。 2. 组织幼儿放好个人物品，提醒幼儿将水杯拿出放在水杯架上。				
晨间活动	晨间游戏	1. 签到 ：入园后幼儿能主动插卡选区进行签到。 2. 重点区域 ：益智区：提供“数序排版”及扑克牌、点卡，让幼儿练习从小到大排序。美工区：提供方形纸和勾线笔，引导幼儿用各种线条、色块，创作波西米亚桌布。 3. 晨间谈话 ：数字宝宝的邻居、我会表达、我会保护牙齿等。				
	户外运动	1. 队列练习：能看向前面的幼儿对齐位置。 2. 律动、早操：师幼一起律动、早操，要求动作合拍有力，积极参与。				
		集体游戏：球落谁家 拍球抢球 分散活动：重点指导投篮	阳光大运动	集体游戏：快乐骑行 尝试骑三轮车 分散活动：重点指导幼儿骑平衡车	阳光大运动	集体游戏：钻山洞 尝试钻爬 分散活动：重点指导手脚并用爬坡
学习活动		语言：好心的小蛇 体验友爱情感	数学：圈数字 学习擦屁股步骤	音乐：有只小燕子 唱好附点音符、休止符	美术：我的心情故事 表现五彩蛋特征	健康：我的开心法宝 学习调整情绪
上午游戏		户外建构：重点指导合作搭建	快乐骑行：重点指导安全骑车	沙池：重点指导学习制作沙堡	骨碌碌小山坡：重点指导爬坡	星光小舞台：重点指导表演
下午户外活动		区域活动	区域活动	科发室：重点指导轨道探索	角色游戏	区域活动
日常生活		1. 体育游戏中提醒幼儿主动穿、脱衣服，防止受凉。 2. 在日常活动中，多为幼儿提供各种表达自己情感体验的机会。				
家长工作		1. 在家中，家长可以陪同幼儿一起制作“家庭情绪日记”，让幼儿记录爸爸妈妈的情绪。 2. 请家长在家引导幼儿学习连续拍球，并完成拍球记录表。				
环境创设		1. 创设并丰富《你快乐，我快乐》主题海报，记录幼儿学习过程。 2. 根据主题增添区域材料，引导幼儿有序游戏。				
本周反思						



春季保健小知识

一、饮食均衡

保证食物多样性：春季是孩子生长发育的黄金期，饮食应包含谷类、肉类、蛋类、蔬菜水果类等。每天至少摄入 12 种不同食物，每周 25 种以上。例如早餐可安排燕麦粥、蒸红薯、水煮蛋和一小碟凉拌菠菜；午餐有糙米饭、胡萝卜炖牛肉、清炒西兰花；晚餐则是玉米发糕、虾仁冬瓜汤、清炒油麦菜，让孩子获取全面营养。

多补充优质蛋白：像牛奶、豆制品、鱼肉、鸡肉等富含优质蛋白，有助于孩子身体发育和增强免疫力。每天保证孩子喝 300 - 500 毫升牛奶，每周吃 2 - 3 次鱼肉，如清蒸鲈鱼、香煎三文鱼等。豆制品可做成豆腐脑、豆腐汤，孩子易接受。

适量摄入粗粮：粗粮富含膳食纤维，能促进肠道蠕动，预防便秘。玉米、燕麦、糙米、全麦面包等可常出现在孩子食谱中。可以将玉米、胡萝卜、排骨一起煲汤，用燕麦煮成燕麦粥，或者把全麦面粉和白面混合制作馒头、面条。

二、日常护理

根据气温增减衣物：春季气温多变，早晚温差大。早上入园时，可给孩子穿一件保暖外套，里面搭配薄款卫衣或毛衣。中午气温升高，及时脱掉外套，以防孩子出汗着凉。活动时如果孩子出汗较多，要及时用干毛巾擦干，避免冷风直吹。家长和老师要时刻关注天气变化，提前为孩子准备合适衣物。

注意个人卫生：培养孩子勤洗手的好习惯，在饭前便后、触摸公共物品后，要用流动水和肥皂（或洗手液）揉搓双手至少 20 秒，按照七步洗手法清洗，确保每个部位都洗净。孩子的玩具、餐具、毛巾等要定期消毒，玩具可用消毒湿巾擦拭，餐具煮沸消毒 15 - 20 分钟，毛巾每周用开水烫洗后在阳光下暴晒。

保证充足睡眠：睡眠对孩子成长至关重要。3 - 6 岁幼儿每天应保证 12 - 14 小时睡眠时间，包括午睡 2 - 3 小时。家长在家也要为孩子制定规律作息时间表，晚上按时哄睡，让孩子在睡眠中促进身体发育和大脑修复。