



第 五 周工作计划

班级：大 4 班 实施主题：毕业纪念展 日期：3 月 3 日—3 月 7 日 带班老师：韩、夏老师

工作要求	1. 了解书包的结构与功能，知道正确背书包的方法及整理书包的重要性。（主题目标） 2. 学会按类别整理书包，区分必需品与非必需品，培养动手能力和条理性。（主题目标） 3. 通过互动游戏，增强同伴交流能力，树立自我服务意识，为小学生活做准备。（主题目标） 4. 学习分类统计、加减运算，尝试用数学方法解决实际问题，如预算分配。（主题目标） 5. 能够大胆想象五年后的自己，并运用清晰、流畅、完整的语言表达自己外貌、学习、生活等方面的变化。（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：生活区 ——再见乳牙：提供有关换牙期保护牙齿的方法，牙齿模型、牙具，幼儿知道换牙期保护牙齿的方法。 3. 晨间谈话 ：“我的设计想法”、“我们班的毕业纪念品”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，要求动作合作有力，会变换队形。				
	集体游戏：小白兔 练习蹦跳	阳光大运动	集体游戏：夺宝 练习追逐跑	阳光大运动	集体游戏：奥运会 锻炼跨栏
	分散活动：重点指导 幼儿绳综合游戏		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
学习 活动	综合：材料大收集 知道常见的纪念 品材料	美术：纪念品初 制作 尝试设计班级纪 念品	社会：对五年后 的自己说 分享自己对小学 生活的期待	数学：毕业礼物 我做主 理解总数、剩余 的概念	健康：书包里的悄 悄话 了解书包的结构 和功能
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	区域活动：重点指 导益智区
下午 户外 活动	蓬蓬乐园：重点 指导帐篷游戏	创意设：重点指 导建构游戏	宝贝泥土：重点 指导玩泥游戏	农乐园：重点指 导玉米培育	遇见陶木社：重点 指导陶土从创作
日常 生活	1. 引导幼儿发展良好的生活和学习习惯，养成做事有规划、坚持不懈、克服困难的良好品质。 2. 在过渡环节鼓励幼儿自己安排时间，做好各种活动前准备工作，尤其是上厕所、喝水等生活活动，幼儿可以根据需要自己安排。				
家长 工作	1. 鼓励家长利用周末带幼儿参观当地的艺术展、博物馆或文化展览，观察展览的布置方式、展品陈列和参观礼仪。请幼儿用绘画或口述的方式记录参观感受，为班级毕业展提供参考 2. 建议家长与幼儿共同制作一个毕业倒计时日历，每天标记离毕业的天数，并记录当天与毕业相关的小事。				
环境 创设	1. 将幼儿绘画的自己所了解到的小学生活或者幼儿期待的小学的样子投放在区域中，幼儿与同伴在区域活动中交流分享。 2. 提供各类图书，与幼儿共同分类制作标记，和图示。引导幼儿爱惜图书，养成良好阅读习惯。				
本周 反思					



表扬认真讨论设计的小朋友

姚逸宸、刘致远、张慕严

高成恩、张明泽、韩文楷

宗希泽、王 赛、雷佳遇

田思诚、路 泽、任 毅

路茗湔、黄豫立、都亦涵

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、吴芮溪、王清婉





春季锻炼指南

亲爱的家长朋友们：

春天是万物生长的季节，也是幼儿增强体质、提升免疫力的黄金时期。为帮助孩子们健康度过春季，以下是几点锻炼建议，供您参考：

1. 日常户外活动不可少

- ✓ **每天至少 1 小时户外活动：**如散步、骑平衡车、玩滑梯等，接触阳光促进钙吸收，增强骨骼发育。
- ✓ **趣味运动游戏：**组织“寻宝赛跑”“动物模仿操”等游戏，激发孩子运动兴趣。
- ✓ **天气多变灵活调整：**若遇阴雨，可居家练习跳跃、瑜伽伸展或趣味舞蹈（如《健康操》《小跳蛙》）。

2. 重点锻炼大肌肉群与协调性

下肢力量：单脚跳、连续跨栏（用玩具或树枝做障碍物）。

平衡能力：走平衡木（可用地板胶带模拟）、踮足尖行走。

手眼协调：抛接球、拍球计数、投掷沙包等。

3. 亲子运动建议：快乐加倍！

周末户外挑战：

爬山寻宝（准备小任务：收集 5 片不同叶子）。

公园“迷你马拉松”（设置趣味打卡点）。

家庭协作游戏：

亲子跳绳比拼（家长摇绳，孩子跳跃）。

室内障碍赛（用枕头、椅子布置路线）。

4. 安全与健康贴士

着装原则：

洋葱式穿衣法（内层吸汗、外层防风），及时增减衣物。

选择透气运动鞋，预防磨脚。

运动后护理：

擦汗后更换干爽衣物，避免着凉。

补充温水，避免剧烈运动后立即进食。

量力而行：关注孩子状态，运动强度循序渐进，切勿过度疲劳。

温馨提示：春季花粉过敏高发期，过敏体质幼儿户外活动时可佩戴口罩，回家后及时清洁面部与双手。

让我们家园携手，通过科学锻炼帮助孩子们增强体魄，以饱满活力迎接每一天！

附：家庭运动小道具清单

软球、跳绳、呼啦圈

彩带/丝巾（随风奔跑抛接游戏）

户外探险包（放大镜、标本夹，边运动边探索自然）