



幼儿鼻出血保健知识

预防孩子流鼻血的方法

- 1、勤给孩子剪指甲，并且帮助孩子改掉搓揉鼻子、抠鼻子的不良癖好，养成良好的个人卫生习惯。
- 2、控制室内的温度和湿度，经常开窗通风，太热太干都容易出血，若天气过于干燥，可以使用加湿器、
- 3、天气过于干燥时，家长还可以使用一些油性软膏涂抹孩子鼻孔（如凡士林、红霉素软膏等），滋润孩子鼻腔。

孩子鼻出血的多种原因：

我们要知道孩子易鼻出血有很多原因，如入春转暖、气候干燥、多风少雨等空气环境，孩子鼻粘膜脆弱；又如孩子在日常奔跑或游戏中受到碰撞等外伤；还有鼻腔内有异物，孩子习惯性手指抠鼻孔；饮食不均衡、鼻子过敏等情况都可导致孩子流鼻血。

仰头止鼻血做法并不正确：

很多时候，家长看到孩子流鼻血，就会让孩子向后仰头，鼻孔朝上，用纸巾塞鼻孔，但其实这是一种错误的做法！仰头没有任何辅助鼻止血的作用，仰起头时，血会流到喉咙，看上去似乎出血减轻了，但实际上这样容易使孩子发生呛咳，这种做法是非常危险！孩子鼻出血正确做法：

小一点的孩子可以抱着，让孩子上半身成自立或者半直立状态，大一些孩子就让孩子坐直，头略低平视前方张口呼吸，老师用手指捏住孩子鼻子中部 5-10 分钟即可止血。出血量大或出血不止可把赛成鼻孔大小的条状进行填塞。



阅读小能手：

李一铎

毛梓宸

阙扬珂

崔翰章

郑泽贤

周子航

张子俊

罗昱仁

郑苏文

陈汐玥

曾子玥

张清予

马子棋

刘梓晗

任沐晓

董梓萌

鲍晨溪

王若菲

叶润棋

陈紫涵



第九周工作计划

班级：小5班 实施主题：可爱的我 日期：4月7日—4月11日 带班老师：朱、王老师

工作要求	1. 通过观察和游戏，感知自己的身体部位（如手、脚、眼睛），知道“身体是可爱的、要保护好”，比如不挖鼻孔、不揉眼睛、不拉扯头发。（主题目标） 2. 理解“隐私部位不能让别人触碰”，初步建立身体界限意识。（主题目标） 3. 通过户外活动锻炼幼儿的大肌肉协调能力，提高身体控制能力。（保育目标） 4. 不跟陌生人离开，知道“陌生人的东西我不要”。（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 ：美工区：提供丰富的绘画工具引导幼儿绘制安全标志，如小心触电禁止触摸等，并鼓励幼儿像同伴介绍标志含义。语言区：提供绘本，如《不要随便跟陌生人走》《我不跟你走》，引导幼儿思考自我保护的方法。 3. 晨间谈话 ：上下楼梯的秘密、陌生人的礼物、保护我的身体、生气时候怎么做、剪刀的安全。				
户外活动	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：探险2 尝试过独木桥	集体游戏：骑行区 按规则骑行	集体游戏：综合1 趣味滚轮胎	集体游戏：小山坡 尝试用工具滑草	集体游戏：球区 尝试连续拍球
	分散活动：重点指导过独木桥	分散活动：重点指导骑行过简单障碍物	分散活动：重点指导滚轮胎过障碍物	分散活动：重点指导用滑草车进行滑草	分散活动：重点指导原地拍球
学习活动	社会：保护自己 知道自我保护方法	健康：不跟陌生人走 能拒绝陌生人	语言：宝贝别怕 勇敢面对困难	美术：画出安全防线 能画出简单的标志	科学：安全用电器 了解家电使用方法
上午游戏	快乐骑行	科发室	星光小舞台	图书室	沙池
下午户外活动	区域活动	区域活动	区域活动	区域活动	区域活动
日常生活	1. 在洗手、进餐时强调“不拥挤、不奔跑”，引导幼儿主动表达需求。 2. 每日晨间检查幼儿衣物（鞋带是否系好、饰品是否安全），逐步培养自我检查意识。				
家长工作	1. 发放“家庭安全小清单”，鼓励家长通过情景游戏强化幼儿安全反应能力。 2. 通过家长群分享“儿童安全口诀”，指导家长避免用警察抓小孩等恐吓式教育。				
环境创设	1. 在厕所等区域张贴卡通图示，用颜色区分安全通道和危险区域，帮助幼儿直观理解规则。 2. 设置“安全小医院”角色扮演角，投放玩具电话、急救箱；布置“我的身体保护图”墙，粘贴正确洗手、护眼等步骤图。				
本周反思					