

第 十一 周工作计划

班级：小 1 班 实施主题：可爱的动物 日期：4 月 21 日—4 月 25 日 带班老师：刘、张老师

工作要求	1. 喜欢幼儿园里的小动物，能用多种感官感知他们的特征，表达自己的发现。（主题目标） 2. 知道幼儿园里的动物爱吃什么和喜欢的生活环境，愿意饲养、照顾它们。（主题目标） 3. 在照顾动物时，能保护好自己，在饲养动物的同时做好个人卫生。（保育目标） 4. 能遵守游戏区规则，安静游戏，轻拿轻放，及时整理玩具。（常规目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情接待幼儿，与幼儿打招呼并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. 来园接待 ：热情接待幼儿来园，引导与老师打招呼，进班洗手，在区域中比较安静游戏。 2. 重点区域 ：美工区：用黏土或彩泥捏“可爱的小金鱼”，鼓励幼儿设计不同颜色的鱼鳞。建构区：动物乐园，用积木、纸盒等搭建“幼儿园里的动物园”。角色区：小小饲养员，扮演“动物饲养员”，模仿《小乌龟，我来喂喂你》中的场景，用玩具食物喂“小动物”，创设“宠物医院”，模拟照顾生病的动物，学习关爱动物的行为。益智区：磁铁钓鱼游戏：用磁铁棒钓起“小鱼”（回形针+纸片鱼），分类统计不同颜色鱼的数量。 3. 晨间谈话 ：小鸭什么样、我会数数、我见过的金鱼、我喜欢小白兔、大鹅怎么走。				
	户外运动 1. 队列练习：能跟着老师有序站点排直队伍，站姿挺拔。 2. 律动、早操：师幼一起律动、早操，要求动作合拍有力，会简单变换队形。				
	集体游戏：丛林探险 尝试翻越攀爬架	集体游戏：竞技篮球 尝试进行投篮	集体游戏：快乐跑酷 尝试不同方式行进	集体游戏：穿越火线 尝试快速蹲下躲避	集体游戏：探探乐 尝试攀爬架子
	分散活动：重点指导 探险 2 走平衡	分散活动：重点指导 骑行区转弯	分散活动：重点指导 探险 3 蹦床	分散活动：重点指导 探险 1 爬梯子	分散活动：重点指导 综合 1 滚轮胎
学习活动	语言：三只小鸭 模仿小鸭的声音	数学：数小鸭 手口一致点数	美术：可爱的小金鱼 用形状表现金鱼	音乐：小兔捉迷藏 感受 ABA 乐曲	体育：小鹅吃草 尝试走斜坡
上午游戏	区域活动	区域活动	区域活动	区域活动	区域活动
下午户外活动	玩水	户外建构	快乐骑行	花点时间	骨碌碌小山坡
日常生活	1. 围绕“幼儿园的小动物”分享，引导幼儿用简单语言描述幼儿园里喜欢的动物。 2. 带幼儿在幼儿园寻找“小动物”（如蚂蚁、蝴蝶），讨论它们的生活习性。				
家长工作	1. 建议家长带孩子观察日常生活中的小鸡、小鸭、小蝌蚪等，引导孩子观察、认识、喂养。 2. 推荐家庭阅读绘本《好饿的毛毛虫》《猜猜我有多爱你》等动物相关绘本。				
环境创设	将幼儿园、幼儿家中的小动物照片收集起来，展示成“动物明星墙”，可以展现动物不同时期的照片，引导幼儿观察、发现动物的特征，以及出生变化的秘密。				
本周反思					



春季饮食小贴士

亲爱的家长们：

春天来啦，这是孩子们生长发育的黄金时期。合理的饮食就像阳光和雨露，能助力孩子们茁壮成长。接下来，就让我们一起走进春季饮食的温馨小提示吧！

一、合理摄入钙质

春季孩子长得快，钙元素必不可少。牛奶可是补钙小能手，每天一杯奶，强壮骨骼。豆制品营养丰富，小鱼小虾富含钙质。多给孩子安排这些食物，让他们个子蹭蹭长！

二、多补充维生素

应季的蔬菜水果是春天给孩子们礼物。菠菜、西兰花等绿色蔬菜，橙子、草莓这些香甜水果，富含维生素C和维生素A。维生素C能帮助孩子增强免疫力，维生素A守护眼睛明亮。每天让孩子多吃蔬果，健康又快乐！

三、选择优质蛋白

蛋白质是身体的“建筑材料”。鸡蛋、鸡肉、豆类，这些优质蛋白质来源，容易被孩子们吸收。为孩子的每一餐准备富含蛋白质的食物，为他们的成长加油助力！

四、增加食用粗粮、杂粮

粗粮杂粮富含膳食纤维、B族维生素和矿物质。像玉米、燕麦、糙米、红薯、绿豆等，能促进肠道蠕动，预防便秘，增强孩子们的消化功能，还能为孩子们成长提供更全面的营养。可以把精米白面部分替换为粗粮，如早餐喝燕麦粥，午餐搭配糙米饭。

五、适当摄入优质脂肪

优质脂肪对于孩子的大脑发育和身体成长不可或缺。坚果类食物，如核桃、杏仁、腰果等，富含不饱和脂肪酸，每周可以给孩子吃2 - 3次，每次一小把。不过要注意，坚果颗粒较小，避免呛噎。



幼儿饮食需注意

1. 注意饮食清淡。

春季气候干燥，饮食要清淡。清蒸的食物保留营养又不油腻，油炸食品不易消化还容易上火。选择清蒸鱼，告别油炸鸡腿，给孩子的肠胃减减负。

2. 少吃生冷食物。

虽说春季气温回升，但仍旧有凉意。孩子的饮食安排应以温热为主，过凉的食物容易损伤脾胃，影响消化吸收能力。

3. 控制食物分量。

孩子的胃容量较小，消化功能尚未完善，每餐不宜进食过多。家长要根据孩子的食量合理安排饭菜分量，遵循少食多餐原则，避免孩子因进食过量导致消化不良、积食等问题。

4. 谨慎对待过敏食物。

春季是过敏高发季，部分孩子可能对某些食物过敏，如海鲜、芒果、鸡蛋等。家长要了解孩子的过敏史，在准备食物时避开过敏食材。若不确定孩子是否过敏，添加新食物时，应先少量，观察 2-3 天，无过敏反应后再逐渐加量。（孩子如有过敏食材需及时与班级老师反映）

5. 注重饮食卫生。

春天病菌繁殖快，一定要把好“病从口入”关。给孩子准备食物前，家长要洗净双手，食材要清洗干净，尤其是生吃的蔬菜水果；餐具要定期消毒，不吃变质、过期的食物，确保孩子饮食安全。

6. 科学安排饮食。

遵循“早餐吃好、午餐吃饱、晚餐吃少”。早餐要丰富，开启活力一天；午餐营养全面，提供下午活动能量；晚餐适量，让孩子轻松入睡。定时进餐，少吃零食，好习惯助力好身体。

