



第十五周工作计划

班级：大8班 实施主题：我棒棒哒 日期：5月19日—5月23日 带班老师：姚、李老師

工作要求	1. 关注周围环境，树立保护周围环境、爱护周围环境的意识，并乐意用自己的行为积极地保护周围环境。（主题目标） 2. 善于观察、了解、感知不同环境给人们带来的不同感受。（主题目标） 3. 在户外活动中，知道要适时喝水和穿脱衣物。（保育目标） 4. 耐心倾听他人回答问题，尊重他人。（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。				
晨间游戏	1. 签到 ：能初步看懂电子时钟，会根据时间进行签到。 2. 重点区域 ：生活区：系红领巾，投入红领巾步骤图，引导幼儿学系红领巾。美术区：变废为宝，投放各种废旧材料，引导幼儿进行创作。 3. 晨间谈话 ：我知道的安静标志、食品包装袋上有什么、吃火锅要准备什么等等。				
	晨间活动	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：师幼一起律动、早操，要求动作合拍有力，会变换队形。			
户外锻炼		集体游戏：冒险家 （探险2区） 耐力和平衡 分散活动：重点指导耐力和平衡	阳光大运动	集体游戏：翻越高山 （探险1区） 翻越过障碍 分散活动：重点指导过障碍能力	阳光大运动
学习活动	语言：兔子天生会跳绳 知道兔子的特征	科学：我会静悄悄 学会静悄悄	健康：环保小卫士 过障碍	美术：变废为宝 用废旧物创作	社会：食品包装袋 认识食品包装袋
上午游戏	星光小舞台	遇见陶木舍 重点指导材料使用	玩水	骨碌碌小山坡 重点指导过障碍	活动区活动 重点指导生活区插花
下午户外活动	活动区活动 重点指导美工区制作粘土	活动区活动	活动区活动 重点指导语言区辩论比赛	活动区活动	美术室
日常生活	1. 通过对身体的探究意识到身体健康的重要性，了解保护身体的基本方法，愿意逐步从各方面努力养成良好的习惯。 2. 平时对幼儿进行安全教育，注重增强自我保护的意识和能力。				
家长工作	1. 建议家长选一个家庭氛围比较轻松的时候与孩子聊一聊有关“梦的话题，一方面可以帮助他们了解做梦是人正常的生理表现，一方面也可以通过聊天了解他们近期的心理状况。 2. 尝试探寻身体发出这些信号的原因和意义。				
环境创设	主题墙布置：“我棒棒哒”“环保小卫士”“人们的工作”“变废为宝”。				
本周反思					



营养小贴士

龙眼，又名桂圆、圆眼、羊眼果树等。龙眼小枝粗壮，被微柔毛，散生苍白色皮孔；叶片薄革质，长圆状椭圆形至长圆状披针形；花序大型多分枝，顶生和近枝顶腋生，密被星状毛；花瓣乳白色，披针形；果近球形，通常为黄褐色或有时灰黄色，外面稍粗糙；种子为茶褐色，光亮，全部被肉质的假种皮包裹。花期在春夏间，果期夏季。

龙眼的功效：

1. 益气补血

龙眼具有益气补血的功效，对于气血不足所致的头晕眼花、面色苍白、身体乏力等症状有一定的治疗作用。

2. 养心安神

龙眼具有养心安神的功效，对于现代人常见的失眠、焦虑、心悸等症状有显著缓解作用。

3. 健脾消食

龙眼在中医中还有健脾开胃的功效。其含有的多种有机酸和纤维素能够刺激胃肠蠕动，增加消化液分泌，有助于改善消化功能，缓解胃痛、腹胀和消化不良等问题。对于脾胃虚弱、食欲不振的人群，适量食用龙眼能起到很好的调理作用。

4. 养肝明目

龙眼还含有丰富的维生素 A 和维生素 C，这些成分对眼睛健康大有裨益。维生素 A 能保护视网膜，预防夜盲症和视力模糊；维生素 C 则能增强眼部抗氧化能力，减少自由基对眼睛的损害。因此，适量食用龙眼有助于养肝明目，起到改善视力，预防眼睛干涩的作用。

5. 抗氧化

龙眼富含多酚类物质，具有很强的抗氧化能力，能够中和体内自由基，减少细胞损伤，延缓衰老过程，同时还能增加皮肤弹性，起到美容养颜的作用。