



第七周工作计划

班级：小3班 实施主题：小孩小孩真爱玩 日期：9月28日—10月17日 带班老师：姚、陆老师

工作要求	1. 喜欢玩玩具，知道幼儿园的玩具是大家的，乐意与同伴共同玩；初步养成按要求摆放和收拾玩具的习惯。（主题目标） 2. 乐意参加户外活动，在玩大型玩具当中，能遵守活动规则，注意安全。（主题目标） 3. 引导幼儿在游戏后主动饮水，学会用自己的毛巾擦汗，养成游戏后整理个人物品。（保育目标） 4. 愿意与同伴一起玩，学习用“请”“我们一起玩好不好”等简单语言邀请同伴。（常规目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情接待幼儿，引导幼儿签到并进行区域游戏。 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： 引导幼儿进行签到。 2. 重点区域： 小超市：提供收银台和钱币，引导幼儿能够用正确数量的钱币买东西。美工区：漂亮的衣服：提供花纸、衣服简笔画、胶棒，引导幼儿撕纸贴画。 3. 晨间谈话： 大和小、我懂礼貌、我们的超市				
晨间活动	1. 队列练习：走直线开火车的练习。 2. 律动、早操：熟悉律动和早操音乐，跟着音乐主动动起来。				
	集体游戏：跳一跳 (综合3区) 学习攀爬技巧	集体游戏：快递员 (骑行区) 熟悉骑行规则	集体游戏：小乌龟 (平衡区) 在爬梯上保持平稳	集体游戏：快乐滑梯 (综合1区) 关注幼儿滑梯方式	集体游戏：踢一踢 (球区) 引导幼儿正确踢球
	分散活动：重点指导 攀爬技巧	分散活动：重点指导 正确骑车方式	分散活动：重点指 导平衡力	分散活动：重点指 导滑滑梯安全	分散活动：重点指导 踢球技巧
学习活动	语言：搭积木 会说礼貌用语	数学：大的和小的 区分大和小	综合：我们班的 游戏区 认识各个区域	美术：好看的饼 干 掌握撕纸的技巧	音乐：碰一碰 感受律动的快乐
上午游戏	区域活动 重点指导超市的收银	区域活动 重点指导益智区，用 手电筒探索树叶	区域活动 重点指导娃娃家 做饭	区域活动 重点指导小客人去 超市买东西的方法	区域活动 重点指导美工区，正 确使用油画棒
下午户外活动	沙池	科发室 重点指导小车拼搭技 巧	图书室	遇见陶木舍 重点指导工具的使 用方法	创意社
日常生活	1. 鼓励幼儿自己进餐，不挑食、不浪费。 2. 在班级常规的建立中注重发挥幼儿的主动性，可运用图示和标记等形式。				
家长工作	1. 教师应帮助家长了解自己孩子的好朋友，鼓励家长经常与孩子谈论自己的朋友。 2. 请家长在家中经常与孩子谈论幼儿园生活中有趣的事，与孩子一起玩模拟幼儿园生活、活动的游戏。				
环境创设	1. 请家长收集一些娃娃家里的游戏材料，丰富游戏内容。 2. 引导幼儿熟悉每个区域的标记、材料及玩法，鼓励幼儿去不同的区域体验游戏的快乐。				
本周反思					



如何培养小班幼儿的自理能力

小班幼儿（3-4岁）正处于自理能力发展的关键期，家长需遵循“示范引导、耐心鼓励、游戏化渗透”的原则，在日常生活中循序渐进地培养其独立能力。以下是具体方法与建议：

一、抓住生活场景，拆解任务步骤

自理能力的培养需融入穿衣、进食、如厕等日常场景，将复杂任务拆解为简单步骤，降低幼儿操作难度。

穿衣穿鞋：用“儿歌+动作示范”帮助记忆，如穿外套时念“抓领子，盖房子，小老鼠，钻洞子”，让幼儿边念边模仿；鞋子区分左右时，可在鞋内侧贴卡通贴纸，告诉幼儿“让两个小贴纸碰一碰，鞋子就穿对啦”。

自主进食：提供适合抓握的勺子、防洒餐盘，允许幼儿用手抓食（如吃水果块、饭团），消除对“弄脏”的恐惧。吃饭前固定说“小手洗干净，自己吃饭香”，强化仪式感；若幼儿主动用勺子舀饭，及时夸赞“你能自己吃饭，真是能干的小宝贝”。

如厕习惯：观察幼儿“摸肚子、原地转圈”等信号，主动询问“是不是想上厕所呀？我们去试试自己脱裤子吧”。便后教幼儿“先擦屁股（从前往后），再冲水，最后洗手”，用图片贴在厕所门上，帮助幼儿记住流程。

二、赋予自主选择权，激发参与意愿

小班幼儿自我意识萌芽，过度包办会削弱其主动性，家长需适当放手，让幼儿在“有限选择”中感受掌控感。

自主决策：穿衣时拿出两件衣服让幼儿选“今天想穿小熊的还是小兔子的？”；吃饭前问“你想先吃青菜还是先吃米饭？”，通过小选择培养独立思考的习惯。

承担小责任：饭后让幼儿帮忙“把自己的小碗放到水槽里”，睡前自己“把玩具放进红色的收纳箱”，完成后用击掌、贴小红花等方式奖励，让幼儿体会“我能帮家里做事”的成就感。

三、用游戏化方式，降低学习压力

幼儿以游戏为主要学习方式，将自理任务转化为游戏，能让幼儿在快乐中掌握技能。

角色扮演：和幼儿玩“小老师和小朋友”的游戏，让幼儿当老师，教玩偶“穿衣服、洗手”；玩“餐厅游戏”时，让幼儿扮演服务员，给玩偶“分餐具、喂饭”，在模仿中巩



趣味竞赛：设置“穿衣小比赛”，家长和幼儿同时穿外套，故意“慢一点”让幼儿获胜；洗手时玩“泡泡大战”，比谁搓出的泡泡多，自然延长洗手时间，保证清洁效果。

四、保持耐心，接纳过程中的“不完美”

小班幼儿动作协调性尚未成熟，自理过程中难免出现“穿反衣服、洒饭、弄脏手”等问题，家长需控制情绪，避免指责。

不急于代劳：当幼儿尝试扣扣子却总扣错时，不直接帮忙，而是说“你看，扣子洞像小嘴巴，要把扣子‘喂’进小嘴巴里哦”，用引导代替包办。

正向强化：即使幼儿只完成部分任务（如自己脱了外套，却没穿好），也要肯定进步：“你已经能自己脱外套啦，下一步我们试试把胳膊伸进袖子里，一定能做到！”

五、家园配合，保持教育一致性

幼儿园是培养自理能力的重要场景，家长需与老师保持沟通，同步教育方法，避免“园里独立、家里依赖”的矛盾。

主动沟通：每天接幼儿时询问老师“今天他自己吃饭了吗？有没有尝试自己穿鞋子？”，了解幼儿在园表现，在家中延续相同要求（如幼儿园自己吃饭，在家也不追喂）。

模仿幼儿园流程：参考幼儿园的“生活环节”，在家中固定“饭前洗手、睡前叠衣服”的时间，让幼儿

形成习惯；用幼儿园的儿歌（如洗手歌）提醒幼儿，增强熟悉感。

培养小班幼儿的自理能力，核心是“给机会、多鼓励、少干预”。家长需将自理能力培养融入生活细节，用幼儿能理解的方式引导，让独立成为一种自然的习惯，为其进入集体生活、适应未来成长打下坚实基础。