



育儿知识：

## 科学培养幼儿动手能力

中班幼儿（4-5岁）正处于手部精细动作与协调能力快速发展的关键期，动手能力的培养不仅能提升孩子的肢体控制能力，还能促进大脑发育、增强专注力与解决问题的能力。家长可从生活、游戏、艺术三大场景入手，用趣味化方式引导孩子主动动手，具体可参考以下方法：

### 一、生活化场景：在“做事”中练动手

生活是培养动手能力的天然课堂，家长可让孩子参与力所能及的家务，在“真实操作”中积累经验。

**食材处理小任务：**准备水果时，让孩子用安全水果刀（钝头设计）切软质水果（如香蕉、猕猴桃），或用小手剥橘子、撕菜叶；做饭前邀请孩子帮忙分发餐具，摆放筷子、勺子，锻炼手部抓握与摆放的精准度。

**自我服务小挑战：**鼓励孩子独立完成穿衣、整理的任务，如自己扣纽扣、系鞋带（可先从魔术贴鞋子过渡），睡前将玩具、绘本分类放进收纳盒，既能培养动手能力，还能增强责任感。

需注意：家长要避免“代劳”，即使孩子动作慢、做得不完美（如衣服穿反、餐具摆歪），也应先肯定尝试，再耐心引导调整，保护孩子的动手积极性。

### 二、游戏化场景：在“玩耍”中强动手

中班幼儿以游戏为主要学习方式，选择合适的玩具与游戏，能让动手练习更有趣。

**建构类游戏：**像乐高积木、磁力片、拼图等，能锻炼孩子的手部拼接、垒高、围合能力。家长可参与其中，和孩子一起搭建“小区”“城堡”，过程中引导孩子思考“如何让积木更稳固”，既练动手又促思维。

**角色扮演游戏：**参考“户外娃娃家——种子美食小厨房”的思路，在家中设置“小厨房”“小医院”等场景，让孩子用仿真锅碗瓢盆模拟做饭、用玩具针筒“给娃娃打针”。比如用豆子、米粒当“食材”，让孩子用小勺子将“食材”装进小碗，锻炼手部精细动作与协调能力。

**自然探索游戏：**带孩子户外玩耍时，收集树叶、种子、小石子，回家后一起做手工，如用胶水将树叶贴成“小金鱼”、用种子拼贴成“花朵”，既能亲近自然，又能提升手部操作的灵活性。

### 三、艺术化场景：在“创作”中拓动手

艺术创作能让孩子在自由表达中探索手部动作的多样性，家长可提供丰富材料，鼓励孩子大胆尝试。

**手工制作：**准备安全剪刀（圆头）、彩纸、黏土、毛线等材料，让孩子剪简单图形（如圆形、三角形）、用黏土捏出“小动物”“水果”，或用毛线缠绕树枝制作“装饰画”。过程中不限制孩子的创作形式，重点关注其动手时的专注与尝试。

**涂鸦与绘画：**除了用画笔，还可让孩子尝试“特殊工具”作画，如用棉签蘸颜料点画“星空”、用海绵蘸颜料拓印“花朵”，甚至用小手蘸颜料直接创作“手掌画”，丰富手部动作体验，激发创作兴趣。

### 四、培养注意事项

**安全第一：**提供的工具（如剪刀、刀具）需符合幼儿安全标准，避免细小、尖锐物品（如小珠子）被孩子误食；操作前和孩子明确“安全规则”，如剪刀不能对着自己和他人。

**耐心引导，不急于求成：**中班幼儿动手速度较慢，家长要避免催促，比如孩子系鞋带时，可分解步骤（先穿洞、再交叉）耐心示范，给予足够时间让孩子独立完成。

**多鼓励，少批评：**即使孩子的作品“不完美”（如黏土捏的动物不像），也应肯定其动手过程，如“你今天尝试用黏土捏出了有眼睛、耳朵的小动物，特别认真！”，用具体表扬强化孩子的动手意愿。

动手能力的培养不是一蹴而就的，家长需将其融入日常，让孩子在“做中学、玩中学”，逐步提升手部能力，同时收获自信与成长。



主题目标：

- 1.知道中秋节是中国的传统节日，了解 10 月 1 日是国庆节，知道重阳节是老人的节日，在活动中感受节日的快乐气氛。
- 2.能独立入睡，醒后安静地休息；吃饭不挑食，不乱扔食物残渣。
- 3.用多种形式表现对节日的感受，如讲述节日的见闻，会用多种方法做装饰物，装饰活动室和建筑物等。
- 4.认识半圆是圆形的一半，会进行简单的间隔排列。
- 5.会用多种自然材料(树叶、花瓣)等表现秋季的特征,大胆地进行创造性的造型活动。
- 6.对种植活动感兴趣,学习简单的种植方法(点种),能正确使用劳动工具,和同伴分享劳动经验。
- 7.注意保持手、脸和服装的整洁,并能根据气温的变化和自己活动的状况主动要求增减衣服。
- 8.喜欢做器械操,努力做到动作到位、有力,能协调地跳和钻爬。
- 9.认识数字 6 和 7,理解它们表示的含义。会按照比较复杂的规律进行排序。
- 10.学习说唱风格的歌曲,按音乐节奏协调地做动作初步学会看指挥齐奏和轮流演奏。
- 11.能综合运用围合、架高等多种技能表现出秋天的景象。



## 第八周工作计划

班级: 中(2)班 主题: 《美丽的秋天》 日期: 10月20日—10月24日 带班老师: 钱、郭老师

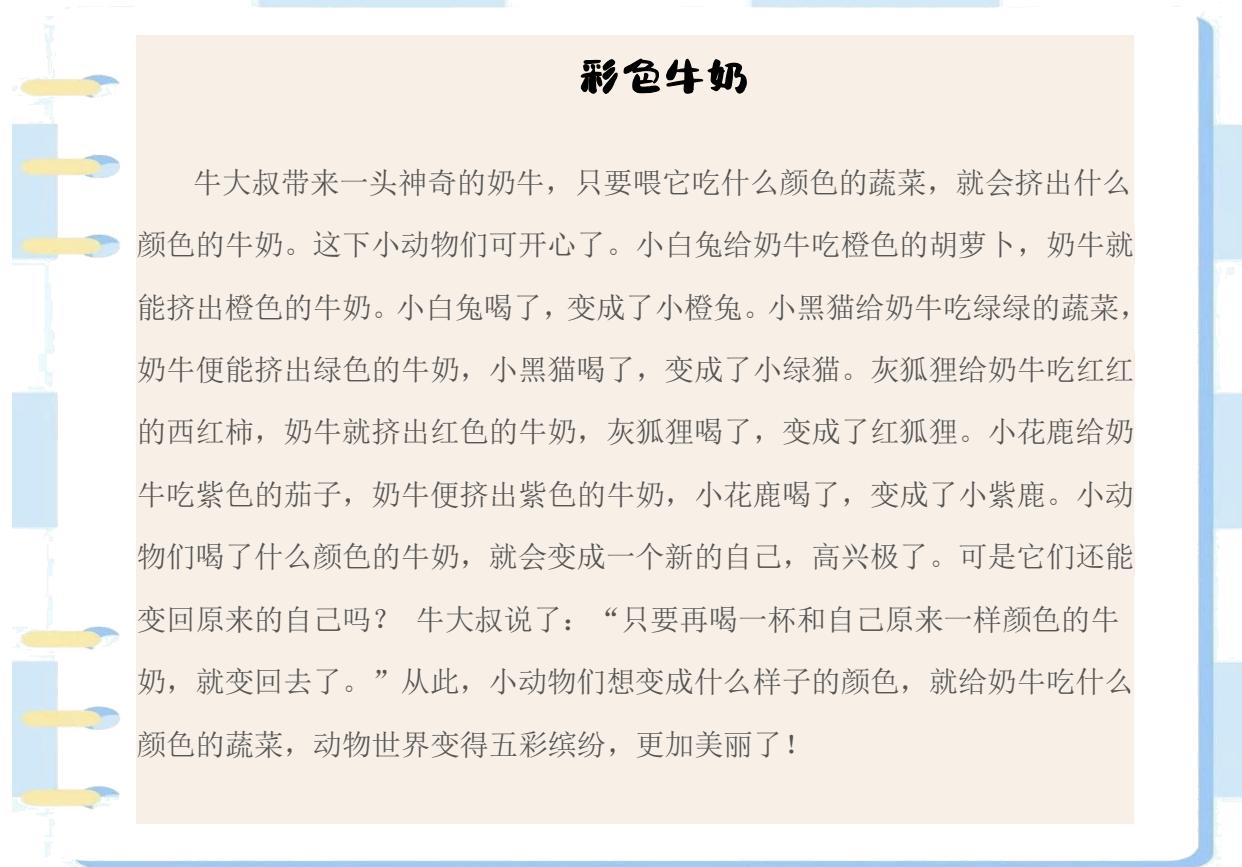
工作要求	1. 根据故事情节线索, 大胆想象并创编新的故事情节, 尝试用固定句式表达。(主题目标) 2. 练习幼儿平衡、双脚跳、钻、爬、跨跃的动作技能。(主题目标) 3. 初步认识稻田、菜地、果林等不同农作物种植区域, 了解常见农作物的生长环境。(主题目标) 4. 经常保持愉快的情绪, 积极参加体育锻炼。(保育目标)				
	星期内容	一	二	三	四
接待	1. 热情迎接幼儿入园, 引导幼儿有礼貌地与家长说再见。 2. 进行二次晨检, 引导幼儿主动来园签到。				
晨间游戏	1. <b>来园接待:</b> 热情接待孩子来园, 引导孩子洗手, 在区域中比较安静地玩耍。 2. <b>重点区域:</b> 美工区提供白色和柠檬黄色的油画棒、水粉颜料、水粉笔和白色铅画纸, 鼓励幼儿使用白色或黄色油画棒在白纸上画出圆圆的月亮, 再用水粉颜料涂刷纸面, 获得深蓝色的夜幕中一轮明月高挂的对比效果; 益智区提供透明收纳箱, 收集小球、积木、雪花片、瓶盖、硬币、钥匙等生活中的物品; 引导幼儿依次将物品放入水中, 观察物体的沉浮现象并记录下来; 表演区提供本主题活动中的音乐投放到表演区, 为幼儿提供各种乐器和小花篮、小树叶等头饰, 鼓励孩子演奏打击乐或表演舞蹈。 3. <b>晨间谈话:</b> 谈谈小昆虫、秋天的果实、秋日游戏等。				
晨间活动	1. 队列练习: 能根据口令站在自己的点点上。 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。				
户外运动	集体游戏: 骑车能手 (骑行) 尝试骑四轮车	阳光大循环	集体游戏: 独木桥 (吊桥) 尝试走直线	阳光大循环	集体游戏: 蹦蹦高 (蹦床) 双脚向上跳
	分散活动: 重点指导 尝试骑一段距离		分散活动: 重点指导 尝试走有高度的桥		分散活动: 重点指导 尝试双脚跳
学习活动	社会: 田野里有什么 了解秋天农作物	语言: 彩色牛奶 理解故事内容	健康: 小兔采蘑菇 锻炼平衡能力	艺术: 切开的水果 了解水果横截面	数学: 一篮蔬菜 发现蔬菜外形特征
上午游戏	区域游戏	美术室: 重点指导揉团	区域游戏	科发室: 重点指导观察树叶变化	一楼建构: 重点指导架空
下午户外活动	乐高: 重点指导 搭小兔的家	角色游戏	种植园: 重点指导拔蔬菜	角色游戏	角色游戏
日常生活	1. 在老师带领下, 会和同伴一起摆放晨间锻炼器械, 运动中能注意安全, 遵守规则。 2. 在过渡环节时, 鼓励幼儿自由结伴去欣赏同伴收集来的秋天的水果和农作物。				
家长工作	1. 建议家长带孩子一起观察秋天的变化。 2. 建议家长和幼儿共同完成绘画记录本, 记录秋季里的活动。				



环境创设	1. 布置班级的主题墙，如“秋天的果实”、“秋天的变化”，张贴幼儿活动照片和文字说明。 2. 设置作品展示区，分类展示秋季水果、植物、农作物及幼儿秋季活动照片。
本周反思	



教材链接：



**彩色牛奶**

牛大叔带来一头神奇的奶牛，只要喂它吃什么颜色的蔬菜，就会挤出什么颜色的牛奶。这下小动物们可开心了。小白兔给奶牛吃橙色的胡萝卜，奶牛就能挤出橙色的牛奶。小白兔喝了，变成了小橙兔。小黑猫给奶牛吃绿绿的蔬菜，奶牛便能挤出绿色的牛奶，小黑猫喝了，变成了小绿猫。灰狐狸给奶牛吃红红的西红柿，奶牛就挤出红色的牛奶，灰狐狸喝了，变成了红狐狸。小花鹿给奶牛吃紫色的茄子，奶牛便挤出紫色的牛奶，小花鹿喝了，变成了小紫鹿。小动物们喝了什么颜色的牛奶，就会变成一个新的自己，高兴极了。可是它们还能变回原来的自己吗？牛大叔说了：“只要再喝一杯和自己原来一样颜色的牛奶，就变回去了。”从此，小动物们想变成什么样子的颜色，就给奶牛吃什么颜色的蔬菜，动物世界变得五彩缤纷，更加美丽了！



表扬栏:

表扬在日常生活中动手能力强的小朋友

成昕和 梁子浩 邢 朗

汪知珩 吴煜远 杨 哲 杨黄帅

徐广轩 王亦萱 魏安然

张一柔 邹瑞希 季灵玥 李泽郁

安 妮 李熙然 沈益安

荣奕泽





温馨提示：

## 幼儿园秋季换季温馨提示（致家长）

亲爱的家长：

秋季气温渐降、昼夜温差大，且空气干燥，孩子易出现感冒、皮肤不适等情况。为帮孩子平稳适应换季，特温馨提示如下：

**穿衣：**遵循“洋葱式”，灵活增减

秋季早晚凉、午间暖，建议给孩子穿“洋葱式”分层衣物（如内衣+薄毛衣+防风外套），方便老师根据活动量调整。避免穿紧身衣、厚卫衣，以免束缚活动；鞋子选透气防滑款，预防脚部出汗着凉。

**饮食：**多补水润燥，少生冷油腻

在家可给孩子煮梨水、银耳汤等润燥饮品，多吃南瓜、菠菜等应季蔬菜，补充维生素。少吃生冷食物（如冰水果、冷饮）和油炸食品，避免肠胃不适。入园时可给孩子带温水杯，方便在园随时补水。

**健康：**做好防护，及时观察

秋季是流感、诺如病毒高发期，接送孩子时请戴口罩，回家后督促孩子洗手（用“七步洗手法”）。若孩子出现咳嗽、发烧、腹泻等症状，及时就医并告知老师，痊愈后再返园，避免交叉感染。

**作息：**早睡早起，适应入园节奏

秋季宜“养收”，建议每晚 20:30 前让孩子入睡，保证 10-11 小时睡眠。早上按入园时间规律起床，避免因赖床匆忙入园，影响孩子一天状态。

**情绪：**多陪伴引导，缓解换季不适

部分孩子可能因天气变化出现情绪低落，家长可多陪孩子户外散步（如捡落叶、观察秋景），聊聊幼儿园趣事，帮孩子保持积极心情，更好适应秋季入园生活。

感谢您的配合，让我们共同守护孩子健康度过秋季！