



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	五
	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。				
晨间活动	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。				
		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。为帮助孩子平稳适应换季，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，帮助孩子保持积极心情，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！