



降温温馨提示

最近气候不稳定，气温骤降，宝贝们免疫力降低，易着凉生病，为此特别温馨提示大家，请及时为宝贝添衣保暖，谨防感冒。遵循三暖二凉原则：

一、“三暖”即“背暖、肚暖、足暖”。

1. 保持宝贝的背部温暖可以预防疾病，减少感冒；
2. 宝贝的肚子连接脾胃，如果腹泻受凉的话，会造成脾胃虚弱，从而引起食物不振或者是消化不良、腹泻等；
3. 宝贝脚上的神经比较多，还有很多的穴位，对外部的温暖也是比较敏感，如不注意保暖容易引起一些疾病。

二、“二凉”指的是“头凉”“心胸凉”。

宝贝经由体表散发的热量，有 1/3 是由头部发散，头热容易导致心烦头晕而神昏，就是中医所说的是上火，所以，做好孩子头部散热；宝贝如果穿着过于厚重臃肿，会压迫到胸部，影响正常的呼吸与心脏功能，穿着过厚，还容易造成心烦与内热，爸爸妈妈们还要注意：

1. 即使气温骤降，也千万不要给宝贝添加过多衣物。在穿这个问题上，我们平常人物“宝贝要比大人穿得多”的想法，其实是个误区。三岁以上的宝贝已经可以自我表达冷暖，只要宝贝不觉得冷，爸爸妈妈们就不必给宝贝穿多。
2. 可以和大人穿的一样多，甚至有时也可以比大人少一件。其一是因为幼儿园的活动较多，宝贝们跟着老师动动手动动脚，非但不会冷，反而会有些热；其二是为了适当锻炼幼儿御寒能力，可以增强宝贝的体质。
3. 判断宝贝衣服是否穿得够，有两种办法：一摸锁骨二摸背。如果锁骨是温热的，说明衣服穿得不多不少；如果后背有汗，甚至衣服都已经湿了，显然宝贝需要及时减少衣服了。给宝贝的衣服不仅要温暖，更要舒适。



吃饭香香宝：

李一铎 毛梓宸 阙扬珂 张子俊
罗昱仁 郑苏文 王禹诺 夏云容
马子棋 任沐晚 董梓萌 陈紫涵
张清予 陈汐玥





第 十一 周工作计划

班级：中5班 实施主题：美丽的秋天 日期：11月10日—11月14日 带班老师：周、王老师

工作要求	1. 能大胆、连贯地分享自己对秋天植物的发现，提出关于秋天植物的问题并尝试解决，提升观察与表达能力。（主题目标） 2. 能根据树叶形状拼贴出表现物体主要形象特征的作品，并适当添画丰富画面。（主题目标） 3. 进一步锻炼幼儿生活自理能力，脱外套后能自主将衣服叠好、放置整齐。（保育目标） 4. 爱护班级环境和秋季自然材料，主动参与班级值日生活动。（常规目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 主动迎接幼儿，面带微笑，用亲切语言问候，蹲身与幼儿交流。 2. 引导幼儿自主完成入园流程：放书包、放水杯，出汗时自主脱外套。				
晨间游戏	1. 来园接待 ：热情接待幼儿来园，表扬按时到园进行体育锻炼的幼儿。 2. 重点区域 ：益智区：秋天植物大分类：尝试对秋季树叶、种子等自然物进行多角度分类。生活区：植物叶片拓印：提供叶片、颜料、纸张，练习拓印技巧，感受植物纹理。 3. 晨间谈话 ：秋天的植物、我认识的叶子、秋天的花、秋天的活动、秋天种什么				
	晨间活动	1. 队列练习：练习四列纵队向前并拢，快速变两列纵队。 2. 律动、早操：师幼一起做早操，尝试两两交换队形。			
户外运动	集体游戏：秋叶平衡 (平衡) 手持落叶过桥 分散活动：重点指导 曲线平衡走	阳光大运动	集体游戏：秋日运果 (综合1) 滚轮胎运果实 分散活动：重点指导 合作滚轮胎	阳光大运动	集体游戏：落叶滑滑 (山坡) 运用滑布缓慢下滑 分散活动：重点指导 双手扶膝弯腰下滑
学习活动	社会： 寻找秋天的叶子 比较和观察落叶	语言： 桂花雨 感受秋天桂花美	数学： 树叶找朋友 给树叶分类、计数	健康： 小兔采蘑菇 比比谁采的蘑菇多	美术： 树叶拼贴画 用树叶拼贴不同造型
上午游戏	游戏活动	游戏活动	游戏活动	游戏活动	游戏活动
下午户外活动	骨碌碌小山坡	沙池	快乐骑行	创意社	过家家
日常生活	1. 入园离园途中，鼓励幼儿观察周边秋季植物，分享自己的发现。 2. 主动参与自然角养护，不采摘植物，养成爱护植物的习惯。				
家长工作	1. 周末带幼儿走进公园、郊外， 寻找秋季植物 ，收集安全材料或拍摄合影带回分享。 2. 与幼儿 共读秋季植物绘本 ，共同完成家庭植物观察任务，积累相关经验。				
环境创设	1. 创设“秋天的植物王国”主题墙，展示幼儿观察记录、作品及植物实物。 2. 优化自然角，划分观赏区、种植区、展示区，配备清晰标识。				
本周反思					