



第 十一 周工作计划

班级：中 1 班 实施主题：我们都是好朋友 日期：11 月 10 日—11 月 14 日 带班老师：顾、茅老师

工作要求	1. 喜欢和同伴交往，有经常一起玩的小伙伴，尝试运用多种方法了解、关心朋友。（主题目标） 2. 有主动与人交往的意识，学习交往的基本规则和技能。（主题目标） 3. 能和同伴一起参加体育活动，完成各种基本动作，活动中动作协调。（保健目标） 4. 积极参与观察、讲述等阅读活动，大胆表达自己的想法，提升语言表达能力。（常规目标）				
星期 内容	一	二	三	四	五
接待	1. 主动向老师、保安和小朋友们问好，积极进行晨间检查，并在班级入口处签到。 2. 二次晨检，掌握孩子们的健康状况，并检查他们的口袋里是否藏有小玩具等物品。				
晨间 游戏	1. 签到 ：在签到区域把写了自己学号的石头放入对应学号的格子中进行签到。 2. 重点区域 ：建构区：好朋友的家，提供积木、乐高、木质拼图、小玩偶，幼儿和同伴合作，用积木搭出“好朋友的家”，包括客厅等，搭建完成后，用玩偶模拟和朋友在家中玩耍的场景。 美工区：朋友画像，提供彩纸、勾线笔、水彩笔等鼓励幼儿观察自己的好朋友，用画笔在彩纸上画出好朋友的样子，可剪下粘贴在装饰好的背景卡上，完成后送给好朋友。 3. 晨间谈话 ：说一说我的好朋友				
户外 锻炼	1. 队列练习：能够找到自己同队的小朋友并有序站好。 2. 律动、早操：能够跟随音乐和老师的引导，积极参与做操活动。				
	集体游戏：吹泡泡 （滑滑梯） 按规则有序游戏	阳光大运动	集体游戏：毛毛虫 （山洞拱桥） 双手双脚匍匐前进	阳光大运动	集体游戏：球球操 （足球） 能够双脚交替运球
	分散活动：重点指导 幼儿玩滑滑梯。		分散活动：重点指导 幼儿玩拱桥。		分散活动：重点指 导幼儿踢足球。
学习 活动	数学：我和朋友比高矮 学会比高矮	语言：朋友船 学会用简单的语句 复述故事核心情节	艺术：拍手唱歌笑呵呵 学会替换歌词	健康：好朋友抱一抱 学会快速抱团	社会：打电话 学会打电话时候礼貌用语
上午 游戏	图书室：重点指导 幼儿自由选书、安静看书。	区域游戏	生活室：重点指导 幼儿了解绿色蔬菜的做法。	区域游戏	角色游戏
下午 户外 活动	角色游戏	户外美术：重点 指导幼儿进行户 外写生。	角色游戏	户外娃娃家：重 点指导幼儿进行 角色扮演。	饲养区：重点指 导幼儿轮流带草 来喂养兔子。
日常 生活	1. 鼓励幼儿主动打招呼，比如：入园时对同伴说“早上好”，离园时说“明天见”，帮助建立初步社交意识。 2. 鼓励幼儿用简单方式表达善意，如给帮助自己的同伴说“谢谢”或画小卡片送给好朋友。				
家长 工作	1. 准备秋收运动会，鼓励家长们带孩子在家中锻炼为运动会作准备。 2. 开展“寻找好朋友”任务，家长带幼儿邀请小区同伴玩耍，拍摄互动视频反馈给老师。				
环境 创设	1. 开始主题墙《我们都是好朋友》的布置，把幼儿和朋友比高矮的照片张贴出来。 2. 生活区设置互助小岗位标识，如“穿衣小帮手”，明确幼儿分工，强化互相帮助的行为意识。				
本周 反思					



中班幼儿心理育儿小知识

中班幼儿（4-5岁）正处于心理发展的关键过渡期，自我意识萌芽、社交需求激增，同时开始建立规则认知。掌握科学育儿方法，能助力幼儿健全人格养成。

一、自我意识发展：理解“我”的独特性

此阶段幼儿常说“我来”“我的”，这是自我认知的重要表现，并非“自私”。家长需尊重这种需求，比如让幼儿自主穿脱简单衣物、整理玩具，即使效率低也少干预。当幼儿争抢玩具时，不急于批评，而是引导表达：“这是你的积木，你想自己玩，对吗？那可以和小朋友说‘等我玩完再借给你’。”同时避免标签化评价，用“你今天主动分享了画笔，很友好”替代“你真乖”，强化具体行为认知。

二、社交能力培养：从“独自玩”到“一起玩”

中班幼儿从平行游戏过渡到合作游戏，但缺乏社交技巧，易因意见不合发生冲突。家长可创造社交场景，如邀请同伴来家玩耍，提前和幼儿约定“分享3个玩具”“轮流玩滑梯”。当冲突发生时，做“引导者”而非“裁判”：先共情情绪“我知道他抢你绘本，你很生气”，再引导解决“你可以问问他‘能不能一起看’，或者我们定个时间轮流看”。

三、情绪管理：接纳情绪，学会表达

中班幼儿情绪体验丰富，但调节能力弱，哭闹、发脾气是常见表达方式。家长首先要接纳情绪，不说“不许哭”，而是回应“妈妈看到你因为没买到小汽车难过了”。待幼儿平静后，引导用语言表达情绪，如“下次想要什么可以跟妈妈说‘我想要那个小汽车’，哭的话妈妈不知道你的想法哦”。

四、规则意识建立：温和坚定，循序渐进

中班是规则教育的黄金期，但幼儿注意力持续短，需用趣味方式渗透。比如用“红绿灯游戏”规范作息：红灯代表睡觉时间，绿灯代表游戏时间；吃饭时约定“安静吃饭不挑食，吃完可以玩10分钟”。规则制定要简单明确，避免过多条条框框。

五、专注力保护：避免干扰，顺势引导

此阶段幼儿专注力约10-15分钟，家长需为其创造简洁的活动环境，比如固定游戏区域，避免幼儿玩玩具时被电视、手机声音干扰。当幼儿专注搭积木时，不频繁打扰“喝口水吧”“要不要吃水果”，待其完成后再互动。

中班幼儿心理发展充满可塑性，家长需以尊重为基础，用耐心陪伴代替说教，用正向引导替代批评，助力幼儿在心理层面健康成长。