



第十一周工作计划

班级：小3班 实施主题：宝宝真能干 日期：11月10日—11月14日 带班老师：姚、陆老师

工作要求	1. 喜欢参加艺术创造活动，会用撕、贴、涂等多种方式进行创作。（主题目标） 2. 能学会关注自己身边的事物，会用标记的形式简单记录生活中的经验。（主题目标） 3. 尝试自己穿脱衣服，并且将衣服整理整齐。（保育目标） 4. 进一步建立一日生活各项常规，初步建立起良好的秩序。（常规目标）				
星期内容	一	二	三	四	五
接待	1. 热情接待幼儿，幼儿自主签到。 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： 教师引导幼儿进行签到。 2. 重点区域： 生活区：提供正确穿鞋的示意图，供幼儿练习正确的穿鞋方法。建构区：提供纸杯、奶粉罐、薯片罐等低结构材料供幼儿进行搭建。 3. 晨间谈话： 物品分分类、我的本领				
晨间活动	1. 队列练习：一个跟着一个拉衣服开火车练习。 2. 律动、早操：能跟着老师一起做动作。				
户外锻炼	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	综合：我的本领大 知道我们都有自己的 本领	数学：分一分 学习分类	美术：我的花衣服 能用双手交替的方 式进行撕纸活动	音乐：网小鱼 能按音乐做游戏	语言：小兔乖乖 知道不能给陌生人 开门
上午游戏	星光小舞台	区域活动	区域活动 重点指导娃娃家照 顾宝宝	遇见陶木社 重点指导幼儿选取 合适的大小搓圆	区域活动
下午户外活动	区域活动 重点指导材料的运用	农乐园 重点指导幼儿施肥	花点时间	区域活动	图书室 重点指导幼儿安静 阅读
日常生活	1. 培养幼儿学会按照标记分类摆放玩具，并主动收拾整齐。 2. 引导幼儿通过谈一谈自己会做的事情，体验和伙伴一起游戏、学习、成长的快乐。				
家长工作	1. 布置打卡任务，请家长和幼儿一起完成“我会做”挑战，培养幼儿自我服务意识。 2. 家长在家培养幼儿爱护玩具，自己收玩具的良好习惯。				
环境创设	1. 在展示台上陈列幼儿的美工作品及手工作品。 2. 丰富积分兑换墙上的礼物，以便幼儿兑换礼物。				
本周反思					



天渐寒，起床难？四季如一的自律好习惯，这样养成很简单

Q: 宝宝早上喜欢赖床，每次催他起来早饭就说吃不下。请问早起确实会影响孩子的食欲吗？起床到吃早饭的时间间隔多长比较合适？

曾云皓：

培养幼儿规律的生活作息，家长要从日常生活中的点滴做起。比如每天早睡早起，餐点定时定量，活动动静交替，保证吃动平衡，还要保持愉悦的好情绪。

建议**幼儿每天 7:00 前起床喝一杯温水，7:30 吃早餐，9:30 吃早点，11:30 吃午餐，12:30-14:30 午睡，15:00 吃午点，17:30-18:00 吃晚餐，睡前 1 小时喝牛奶。每天三餐三点，而且餐与餐之间确保 4 个小时，餐点之间确保 2 个小时的间隔时间**，保障幼儿营养的消化和吸收。另外，建议每天上午户外活动 1-2 小时，下午 1 小时。这样才能保证幼儿每天足量的运动时间。相信家长和孩子共同遵循生活作息规律，幼儿会健康快乐地成长。

Q: 我家宝宝上幼儿园小班，早上起来总爱赖在妈妈怀里撒娇，穿袜子、鞋子的时候也必须要妈妈帮着穿，衣服裤子明明她都会自己脱，但是只要妈妈在，就一定要妈妈代劳，否则就哭闹，这种情况应该怎么办？

张明红：

家长提到的情况，实际上是孩子依恋情感的一种表现，不过**这种依恋目前看体现为不安全依恋**——孩子非常希望妈妈很多事情能够替她亲力亲为，让她感受到妈妈的关爱，一则可能是因为妈妈平时就一直代劳、帮着她做，所以她非常享受妈妈为她服务的过程；二则可能因为以前一直是爷爷奶奶或者其他帮忙穿，妈妈偶尔给她穿，就让孩子有了很特别、很难得的感受——两种情况都是孩子依恋的表现。

在儿童成长的早期阶段，会特别希望跟自己的带养人之间产生身体上的互动，所以对于妈妈而言，一方面可以尽量满足她，另一方面多进行引导，比如说：妈妈帮你穿袜子，你自己穿鞋子好吗？我们来看看，宝宝行不行啊？这样**部分满足她的情感需要，部**



分可以让她学会等待或者妥协。逐渐地，妈妈要开始鼓励她：这个围巾宝宝自己戴上了，

真棒！既让孩子的需要得到重视和满足，也逐步引导她更多地自理自主。

另外，绘本里也有相应的故事，可以陪伴孩子共读，引导她将自己带入其中，尝试独立完成力所能及的事。

Q：近来发现我家宝宝做什么事都慢吞吞的、很散漫。比如起床，无论怎么喊，怎么哄，都不太配合，像没听到一样，好几次都差点迟到。请问有没有什么方法可以改善？为什么宝宝会变成这样的状态呢？

沈冠华：

家长提到最近宝宝做事比较懒散，那说明以前应该还好，是否因为最近她动作慢导致上幼儿园要迟到、家长盯得更紧，才感觉这个问题越来越明显了？会否因为宝宝近期有点恋家、不想和家人分开，或者她可能碰到什么困难没说出来，可能还有其他原因等，才用“慢吞吞”的方式来延迟出门的时间？我们要站在宝宝的位置去找找原因。幼儿园阶段的孩子有时也会逆反，只是TA表达不出来。家长可以放松一点，不要盯着“动作慢”这个问题不放，近期暂时忽略一下，不用总盯着催促TA。

如果问题一直得不到改善，并且对生活产生比较大的影响，建议家长可以找机会，和孩子一起进行时间管理，同时让TA承担相应的结果，比如说：双休日要出去玩，什么时候出发、玩什么都做好计划，大家按时间表安排来行动；如果因为宝宝自己拖沓了，浪费了时间，按照时间表那就要取消一些活动，让TA体验浪费时间、打乱计划的后果。下次如果宝宝吸取了教训、有进步，也要记得表扬，同时对比抓紧时间的好处和浪费时间的损失，这时候的讲道理就更有说服力了。倘若这个办法有效，那就坚持下去，让孩子学着根据作息表来自我掌握时间、对自己的时间负责。改变习惯需要一个过程，但能让TA受益终身，还请家长始终坚持，相信孩子会改变的。