



育儿知识:

冬季咳嗽，温馨提示

冬季，天气迅速降温，昼夜温差大，干燥的空气为病毒的传播创造了良好的条件，近来班里感冒的孩子越来越多，特此，温馨提示各位家长注意以下事项：

冬咳季注意事项：

饮食上：注意不给孩子吃过于油腻辛辣、有刺激性的食物，这不利于咳嗽的平息。

环境上：带孩子远离油烟、二手烟，经常开窗通风，保持室内空气湿度适中，一般维持在45%~50%为宜。

穿衣上：注意保暖，看好天气预报，及时给孩子增减衣物，但也注意不要过厚，过热更容易感冒。

生活上：尽量避免带孩子到人员密集的场所，以免交叉感染。流感流行期间，可给孩子注射疫苗，防患于未然。

食疗方法：

孩子感冒咳嗽，除了打针吃药之外，我们还很有必要辅以食疗，让孩子的咳嗽好的更快。

1. 花椒+雪梨+冰糖

材料用量：花椒 10 粒、雪梨一个、冰糖 5 粒。

做法：将洗好的雪梨去核填入花椒和冰糖，放在锅里清蒸半个小时左右。

用途：对于风寒感冒咳嗽，此方具有很好的效果，而且健康安全，老少皆宜。

2. 红糖+姜

材料用量：姜 5 片，红糖 200 克。

做法：把生姜切成片状，放入锅中，往锅中加两碗水，加上红糖，煮沸。

用途：生姜有驱寒的作用，生姜+红糖，对于风寒感冒引发的咳嗽的治疗效果很好。



主题目标:

- (1)能察觉到动植物的外形特征、习性与生存环境的适应关系。初步了解常见动植物的名称、生活环境，能够用比较丰富的词汇表达对动植物外形特征、习性等的认识，乐意并大胆地在集体面前表达出来。
- (2)学会比较物体的粗细，初步体验粗细是相对的，能给粗细不同的7个物体进行排序。
- (3)能将儿歌和歌曲的旋律进行匹配，能用不同的表现方式表演，表现AB乐段不同的曲调情绪。
- (4)能感知不同动物的形态轮廓，学画自己最喜欢的动物。
- (5)喜欢参加观察、饲养、种植、养护等活动，充分感受动植物的美，并能以自己的方式表现出来。
- (6)能随音乐变化改变动作力度、速度、节拍、节奏、节奏型等，尝试随音乐合拍地表演；在熟悉歌词的基础上，与旋律匹配，主动学唱歌曲。
- (7)会用多种美术形式表现动物的特点，尝试合作表现的乐趣。



第十五周工作计划

班级：大3班 实施主题：动植物王国的秘密 日期：12月8日—12月12日 带班老师：宁、吴老师

工作要求		1. 喜欢参加观察、饲养等活动，充分感受动物的特点，并能以自己的方式表现出来。 2. 能随音乐变化改变动作力度、速度、节拍、节奏、节奏型等，尝试随音乐合拍地表演；在熟悉歌词的基础上，与旋律匹配，主动学唱歌曲。（主题目标） 3. 天气渐凉，在晨锻时引导幼儿及时穿脱外衣，提醒幼儿擦汗和补充水分。（保育目标） 4. 提醒幼儿自由活动要注意安全，不打闹，排队走楼梯时不推搡，一步一步走。（常规目标）				
星期	内容	一	二	三	四	五
接待		1. 热情接待幼儿来园，与幼儿礼貌地打招呼。 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。				
晨间活动	晨间游戏	1. 签到 ：能迅速找到自己的标记图案，根据小组签到。 2. 重点区域 ：阅读区：在阅读区内提供《动物百科全书》、《植物百科全书》、《十万个为什么》等书籍，帮助幼儿解决在探寻过程中遇到的问题。 科学区：提供观察盒，引导幼儿将平时捕捉到的虫子放进盒中，仔细观察比较各种虫子，还可用线条画出它们的外形及细节特征(如触角、花纹等)。 3. 晨间谈话 ：神奇的动物、动物真奇妙。				
	户外活动	1. 队列练习：连续向左向右转体。 2. 律动、早操：师幼一起做操，鼓励幼儿动作合拍、到位。				
		集体游戏：打地鼠 练习下蹲起立	阳光大运动	集体游戏：小鼓咚咚 折返跑	阳光大运动	集体游戏：夺红旗 直线快跑 15 米
		分散活动：重点指导 正确滑行姿势		分散活动：重点指导 手脚协同攀爬		分散活动：重点指导 腿部控球
学习活动		健康：穿越侏罗纪 练习助跑跨跳	语言：小猴的出租车 能连贯讲述故事内容	科学：神奇的动物王国 分享自己知道的动物知识	综合：小鹿历险记 了解一些动物保护自己的方法	音乐：小狗抬轿 有表情地表现歌曲 诙谐、幽默的情趣
上午游戏		区域游戏	生活室	区域游戏	骑行	自主游戏
下午户外活动		二楼建构	区域游戏	户外娃娃家	图书室	区域游戏
日常生活		1. 入园和离园时都能主动与老师和同伴问如好，知道要做一个有礼貌、受欢迎的孩子。 2. 天气渐凉，在晨锻时引导幼儿及时穿脱外衣，提醒幼儿擦汗和补充水分。				
家长工作		1. 鼓励家长和幼儿一起收集动植物标本、图片、书籍、视频等资料，丰富班级资源库。 2. 发动家长协助制作教学道具，如动物模型、植物拼图等。				
环境创设		绘制简单的生态系统示意图，帮助幼儿理解动植物之间、动植物与环境之间的相互关系。				
本周反思						



表扬栏:

光盘小能手

邓予哲	何 牧	高曼灵
杨照临	徐李昕	蒋茉汐

小小智多星

青 靖	孟圣晞	赵明宸
李雨衡	冯辰叙	沈希瑜

运动小健将

胡靖希	孙启硕	闫宇辰
赵 吏	吴述卿	汪煜安



温馨提示:

幼儿冬季保健小常识

不知不觉，已到初冬时节，天气大幅度降温，寒潮来袭，昼夜温差大，而孩子抵抗力较弱，容易感染各种疾病。为了让孩子们能度过一个美好的冬季，做好孩子的冬季保健工作，我们与您共同守护孩子的健康。

有一种冷，叫“爷爷奶奶外公外婆妈妈觉得你冷”！天气逐渐转凉，不少家长们迫不及待地给孩子加上了层层冬衣。有些家长则以自己的冷暖为准，自己觉得冷了，就赶快给孩子加衣，不知孩子运动后会出汗，经冷风一吹，孩子反而更容易受寒感冒。一下子穿得太多，孩子身体被厚厚的衣服限制，无法及时散发身上的热量，长期捂热会让孩子体温越来越高，严重的出现脱水、缺氧等症状。

幼儿园建议：加衣服要循序渐进，不要太心急，给孩子增加不必要的甜蜜负担。

如何判断孩子的衣服薄厚是否合适？

正确的判断方法是触摸孩子颈背部：

1. 摸起来温热，说明衣服穿得很合适；
2. 后颈发凉，说明衣服穿少了；
3. 后颈出汗，说明衣服穿得过多了。